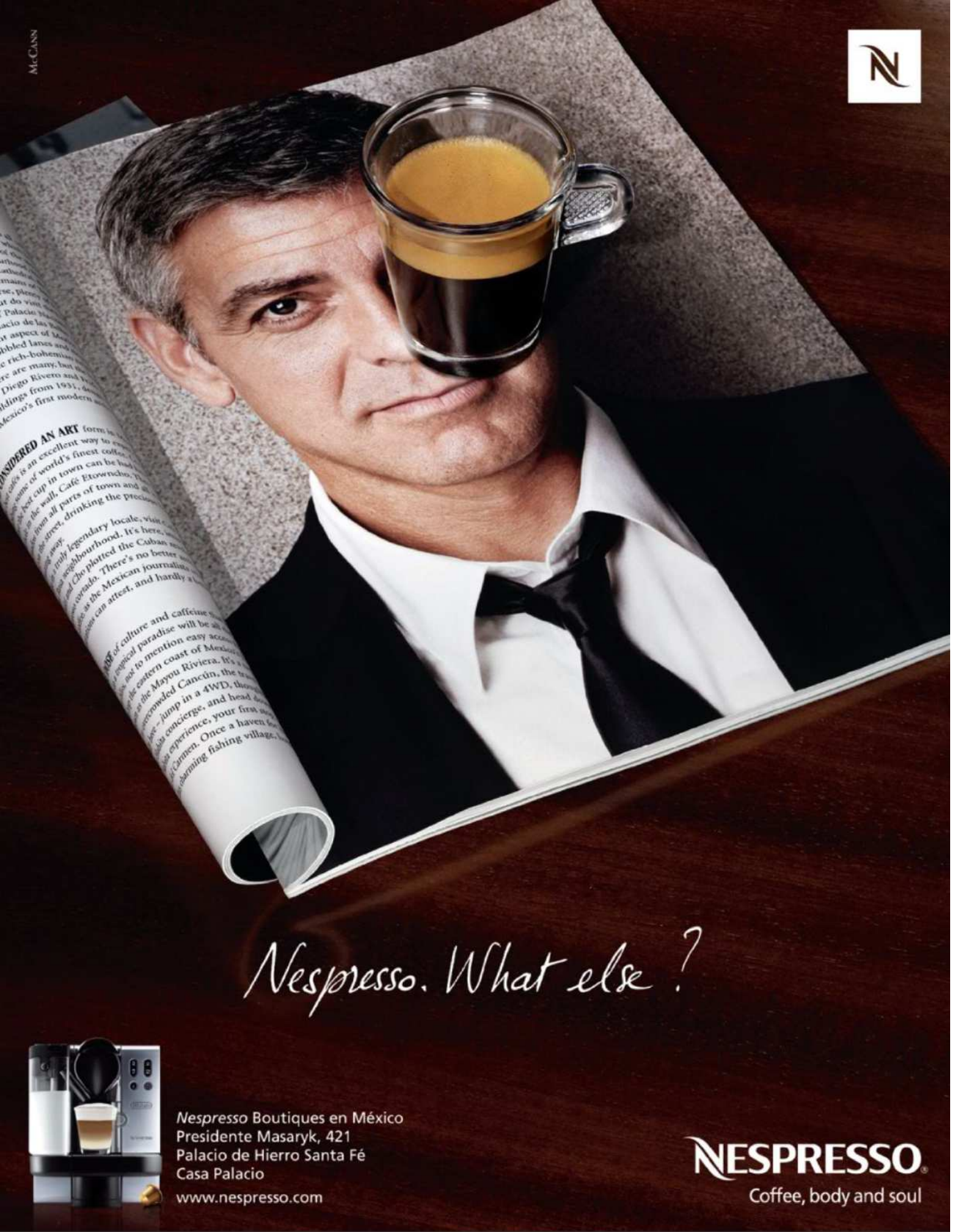

Mc Cann
Nespresso. What else ?
Nespresso Boutiques en México
Presidente Masaryk, 421
Palacio de Hierro Santa Fé
Casa Palacio
www.nespresso.com
NESPRESSO
Coffee, body and soul

elgourmet.com

Lyrsa
GRUPO Q

TÉCNICAS CULINARIAS
CLAVES PARA TENER ÉXITO EN LA COCCIÓN

MORRIS GILBERT
UN PRODUCTOR QUE VIVE PARA EL TEATRO

MARINADAS
CONSEJOS DE AZARI CUENCA PARA SABORIZAR LAS CARNES

JUN 2009
27

~~60 pesos~~
50 pesos

Carnes

LA REBELIÓN DE LAS BRASAS
EL MENÚ DEL CHEF ARGENTINO GASTÓN RIVEIRA

IRLANDA
LA ISLA DE LOS DUENDES

* TODO AL ASADOR
SECRETOS Y RECETAS PARA LAS MEJORES PARRILLADAS

CON ORGULLO, COMPARTIMOS CONTIGO NUESTRAS MEDALLAS OBTENIDAS EN

"THE INTERNATIONAL WINE & SPIRIT COMPETITION, 2008".

CHATEAU DOMECQ
SILVER
BEST IN CLASS

VINOS RESERVA
BRONZE
AWARD

Casa Pedro Domecq

EVITA EL EXCESO

SSA 083300201A2907
www.alcoholinformate.org.mx

La mala influencia

Las noticias alertaban de un virus desconocido que pululaba en la Ciudad de México y estados aledaños. Días más tarde, epidemia, luego pandemia y pánico. Ciclos escolares interrumpidos, cines, teatros y espectáculos cancelados, calles y hoteles vacíos, restaurantes cerrados a los cuales únicamente se les permitía vender comida para llevar.

Aquí en la editorial también nos mandaron a trabajar desde casa. En uno de esos días de labores en lo que por una semana se tornó en el claustro de la editora hermitaña, decidí salir a la calle a tener contacto con seres vivos y de paso buscar algo para comer. Lo único que estaba abierto a los alrededores eran restaurantes de comida rápida. Pensé que no podía ser tan malo...

Al llegar a la caja del auto-servicio del lugar, después de que un altoparlante tomara mi orden, me percaté de que quien cobraba y que por cierto también servía los refrescos y empacaba la orden, portaba el cubre boca a manera de corbatín. Discretamente levanté la mirada y me asomé un poco al interior. Mis ojos fueron testigos presenciales de una verdadera oda a la higiene nula.

Por lo menos 10 personas, de las cuales sólo una utilizaba el cubre boca correctamente, se encontraban arremolinadas en un espacio de a lo mucho 4 metros cuadrados, donde pollos y papas fritas eran ultrajados por estos seres desprovistos de la más mínima pulcritud, quienes probablemente por otro lado sufrirían de asfixia si se ponían el implemento, gracias a la pésima ventilación del lugar. Llamé al gerente. Asomóse por la ventanilla una joven como de unos 20 años con rostro carente de expresión y actitud desguangada que se presentó como la encargada.

Al preguntarle por qué sus colaboradores no estaban respetando las normas de higiene tan básicas y sencillas que había impuesto la Secretaría de Salud para esta temporada, tales como utilizar cubre bocas, cofia y guantes, respondió lánguida y apáticamente -después de darle vueltas al asunto como por un minuto-, que ese grupo ya casi terminaba su turno... Caso perdido, la joven ya era presa de la influencia. Llamé a los colaboradores de corbatín en peyón azul cielo a la ventanita, les pregunté cómo era posible que no tomaran en serio a sus clientes, que no agradecieran con actitud y calidad el hecho de tener un trabajo que muchos querrían, pero que sobre todo que cómo era posible que no se tomaran en serio a ellos mismos exigiendo y exigiéndose calidad. Acto seguido, silencio, miraditas incómodas entre unos y otros, y finalmente como si mi apasionado discurso hubiera sido un simple apagón de luz momentáneo, siguieron con lo suyo. Y no se pusieron el cubre boca... Demasiado tarde, ya se habían contagiado de mala influencia. Devolví las viandas, solicité mi dinero de vuelta y emprendí camino a otro local cercano.

Para no hacer el cuento largo, ocurrió la misma historia sólo que sin el conmovedor discurso. La mala influencia también aquí había hecho de las suyas... Desistí de comer fuera. Preparé algo en casa y de paso reporté los hechos ante la Secretaría del Trabajo, quienes me aseguraron tomarían cartas en el asunto.

En este caso, la epidemia de influenza no ha causado hasta ahora tantos estragos como lo ha hecho la epidemia de mala influencia, que padecemos muchos mexicanos desde hace años, tal vez siglos. Siempre saliéndonos con la nuestra, apáticos, infrigiendo las reglas, cometiendo abusos y omisiones, haciendo chistes de ello e inevitablemente influyendo en ellos...

Y luego nos preguntamos por qué en México pasan cosas como el chupacabras, la Paca, los náufragos y la misteriosa caída del sistema en época electoral...

Eso me sucede por acudir a establecimientos de dudosa influencia, y no con aquellos restauranteros que día con día hacen un gran esfuerzo por influir positívamente en quienes los rodean, y así hacer la diferencia.

Fabi.

FABIOLA DE LA FUENTE
EDITORA

elgourmet.com

#27

CONTENIDOS

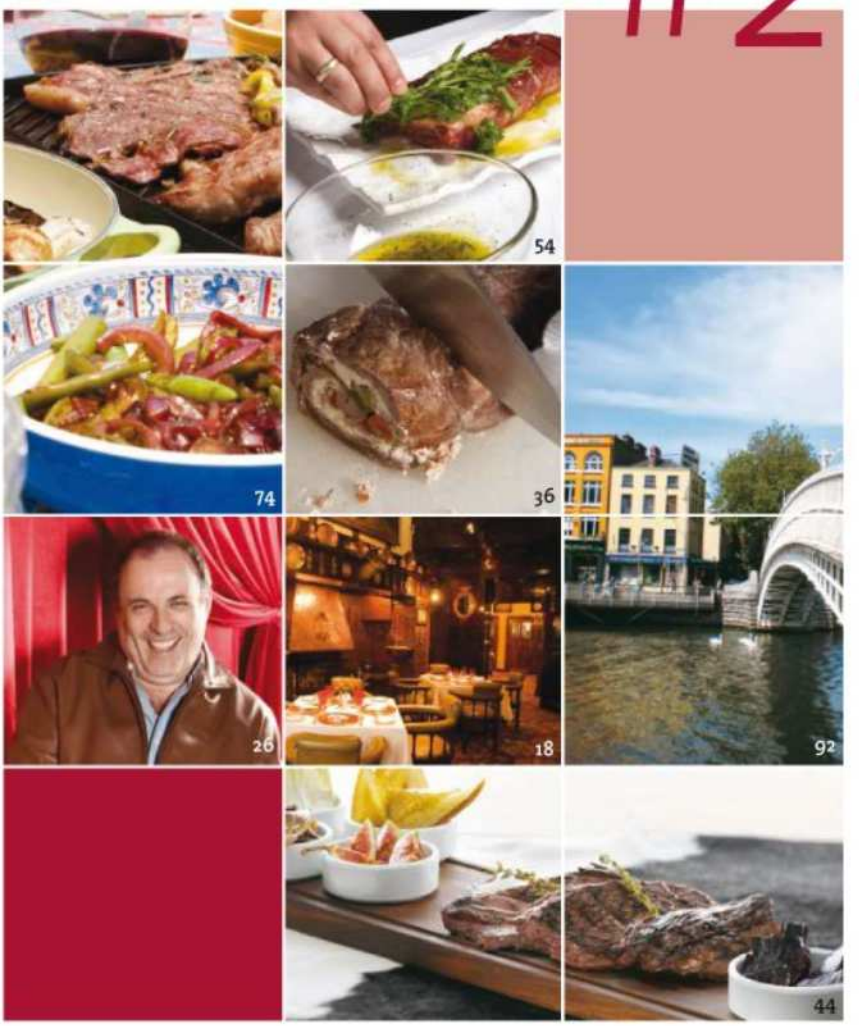
26 Morris Gilbert
entrevista con el productor musical que desayuna, almuerza y cena teatro.

32 sabrosos cortes
una clase didáctica para entender la diferencia entre la carne mexicana, americana y argentina.

36 técnicas culinarias
el chef Omar Sandoval nos enseña las diferentes formas de cocción de la carne.

60 producto del mes
consejos de cuatro expertos a la hora de preparar exquisitas guarniciones para acompañar una parrillada.

92 viaje por Irlanda
una recorrida por los pubs de Dublin, la ciudad termómetro de la Isla de los Duendes.



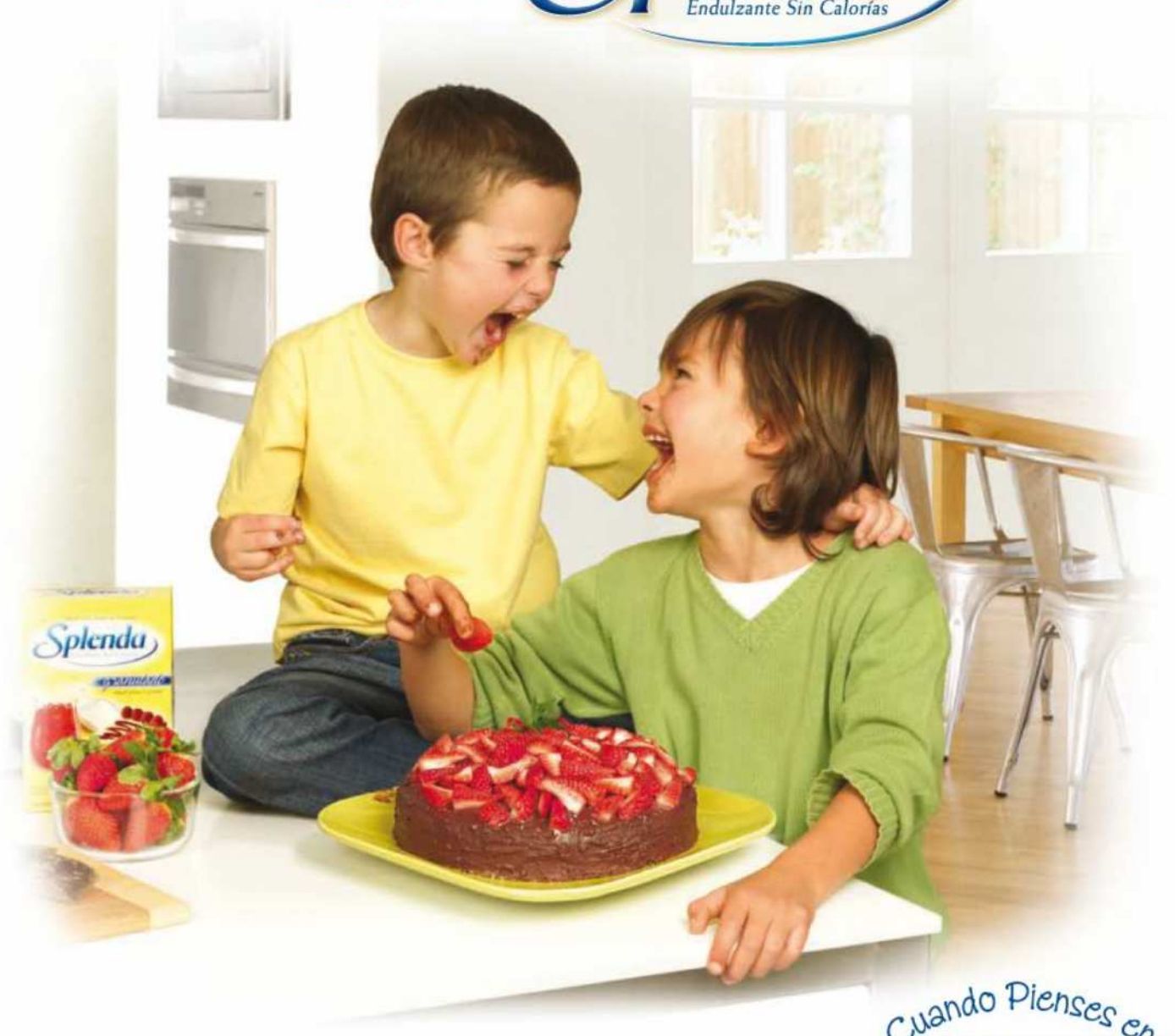
SECCIONES

3 CARTA EDITORIAL
8 NOVEDADES
18 REVIEW: EL 10, SIR WINSTON CHURCHILL'S, BEEF & LOBSTER
24 COMER EN COLOMBIA
44 LA REBELIÓN DE LAS BRASAS
54 5 MARINADAS
74 TODO AL ASADOR
88 GUÍA DE VINOS
98 PROGRAMACIÓN

Foto de Fernando Gómez Carbajal
Producción de Angélica Hernández y Fabiola De la Fuente

Cómete la vida entera con Splenda®

Endulzante Sin Calorías



Prepara tus postres, frutas y bebidas preferidas para toda tu familia, sin todas las calorías del azúcar. Así podrán disfrutar de algo dulce mientras viven sanamente. Porque SPLENDA® Endulzante Sin Calorías está hecho del azúcar, sabe a azúcar, pero no es azúcar. Ahora que ya lo sabes endulza tu vida con SPLENDA®.

www.splendaenespanol.com

Cuando Pienses en Azúcar

Usa SPLENDA®.

elgourmet.com

La revista elgourmet.com y sus contenidos son propiedad de Grupo Q S.A. Pramer S.C.A. es el titular de la marca elgourmet.com. Amante del Buen Vivir con licencia de uso otorgada a Grupo Q S.A.

Revista elgourmet.com México

Publishers | Raúl Sayrols, Luis Sayrols, Jesús Diez
Editora de México | Fabiola de la Fuente (fabiola.delafuente@lyrsa.com.mx)
Coordinadora Editorial | Angélica Hernández (angelica.hernandez@lyrsa.com.mx)
Fotografía México | Fernando Gómez Carbajal
Retoque | Oscar Hernández
Producción México | Cesar Casalone
Redacción | Anais Penagos
Diseño México | Alejandro Fortuna
Colaboradores | Ana Saldaña, Natalia Garzón, Edgar Fernando Cruz, Carmen "Titita" Ramirez Degollado, Maria Teresa Degollado, Verónica Ocvirk, Jesús Diez.
Director de Relaciones Públicas | Horacio Quintana (horacio.quintana@lyrsa.com.mx)
Edición Digital | Francisca Yolin
Relaciones Públicas | Andrea Di Martino
Dirección de Mercadotecnia | Victor Hermosillo
Dirección Comercial | Carlos Ostos
Ventas | Miguel Ángel Escalona (ventas@lyrsa.com.mx)
Asistente Comercial | Ana Laura Guerrero
Ventas Publicidad 38 72 20 00 ext. 212
Suscripciones y Telemarketing | Citlalli Morales (citlalli.morales@lyrsa.com.mx)
(55) 38 72 20 77 o 49 Llamada sin costo 01 800 08 76 797
Prensa | Laura Otero
Distribución | Rosario García
Gerente de Producción | Enrique Flores
Gerente de Sistemas | Cesar Cordero

Editorial Metrosexual, una empresa de Lyrsa Editores
Homero 909, Polanco C.P. 11560, México D.F.
Tel. (55) 38 72 20 00

Grupo Q Latin America
Publishers | Lucas Jinkis + Diego Allami
Gerente | Diego Waciarz
Editor | Alejandro Gorenstein
Diseño + Arte | Alejandro López Mella + Verónica M. Carman + Sebastián Delucchi
Coordinación | Valeria Mollo
Corrección | Adriana Kogan
Jefe de ventas publishing | Pablo Barone
Ejecutivo de cuentas | Sebastián Rolando
Coordinación comercial | Manuela Binotti

Grupo Q S.A. | Bartolomé Cruz 1528 PB, Vicente López, Buenos Aires, Argentina
Tel.: 54 11 4718-9400 y rotativas
Directores | Lucas Jinkis + Diego Allami
Asesoramiento jurídico: Estudio Rinaldi & Asoc.
Asesoramiento contable: Estudio Rabinovich & Asoc.

Pramer S.C.A. | Bonpland 1745, Buenos Aires, Argentina. Tel.: 54 11 4778-5300
CEO | Alejandro Harrison
Directora de Contenidos | Lucía Suárez
Productora General elgourmet.com | María Marta Massara
Directora Comercial | Elizabeth James
Coordinador de Ventas Internacionales | Santiago Cosentino

REPRESENTANTES COMERCIALES DE LA SEÑAL elgourmet.com

PRAMER
Elizabeth James
Ad Sales VP
ejames@pramer.tv
avisos.mexico@pramer.tv

MÉXICO
WARNER BROS LAAS
Sharon Zyman
Nicolas Martin de Nicolas
Teléfono: 91 77 72 00
Dirección: Av. Prol. Paseo de la Reforma #1236 piso 7 Col. Santa Fé c.p. 05348 México D.F.

VENEZUELA
GRUPO 10
Contacto Comercial: Kendy Franco
Correo: kendyfranco@grupo10.com.ve
Dirección: Los Laboratorios Edificio 210 Los Ruices. Caracas, Venezuela
Teléfono: +(58) 212-239-7516

COLOMBIA
AD MEDIA LTDA
Dirección: Carrera 18C # 121-40 Of. 201 Bogotá
Teléfonos: (571) 619 2017 / 619 2003

CENTROAMÉRICA
MEDIOS INTERNACIONALES
Dario Godoy
89 av. Norte y Calle Al Mirador, World Trade Center Torre 2 Of 301, San Salvador, El Salvador
Teléfonos: 2259 0806 / 2259 0807

elgourmet.com
© G.elgourmet.com MARCA REGISTRADA PROPIEDAD DE PRAMER, S.C.A. Revista mensual 2007 editada por Editorial Metrosexual, S.A. de C.V., con domicilio Homero 909 Col. Polanco, C.P. 11560, México D.F. Tel. 38 72 20 00. elgourmet.com México es una publicación de Editorial Metrosexual, S.A. de C.V., bajo licencia otorgada por GRUPO Q, S.A., con el número de reserva en trámite, otorgado por la Dirección de Reservas de Derechos del Instituto Nacional del Derecho de Autor. Certificado de Licitud de Título No. En trámite; Certificado de Licitud de Contenido No. En trámite, ambos expedidos por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas. Editor Responsable: Fabiola de la Fuente. Distribuidor Exclusivo en el Interior de la República PUBLICACIONES CITEM, S.A. DE C.V., teléfono 52 38 02 00 y en el Distrito Federal por: DESPACHO EVERARDO FLORES Tel. 51 28 66 70. Impreso en Compañía Impresora El Universal, Allende 176 Col. Guerrero, México D.F., Tel. 51 17 01 90. ADVERTENCIA: QUEDA ESTRICTAMENTE PROHIBIDA LA REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL DEL MATERIAL EDITORIAL E INFORMACIÓN PUBLICADA EN ESTE NÚMERO SIN AUTORIZACIÓN POR ESCRITO DE EDITORIAL METROSEXUAL, S.A. de C.V. Esta es una publicación para todo público.

NATURALMENTE

Hunt's

GRAND CUISINE

SALSA PARA PASTA

INSPIRA MOMENTOS ESPECIALES

Grand Cuisine de Hunt´s® es la Nueva Línea Premium de Salsas para Pasta que te inspira a crear y compartir momentos especiales. Sus deliciosas recetas Mediterránea y Arrabiata han sido creadas con ingredientes selectos y la calidad superior que sólo Hunt´s® te puede dar.

NUEVA LÍNEA

ALIMÉNTATE SANAMENTE

¡Pruébalas y sorpréndelos!

Bellopuerto
Julio Verne 89, Polanco
Del. Miguiel Hidalgo
C.P. 11560
Reservaciones: 5281 10980

Gana medalla de oro

En el recientemente celebrado Concurso Mundial de Vino Bruselas 2009, el único vino mexicano galardonado con la presea dorada fue Sirocco 2004, de Bodegas de Santo Tomás.
Este tinto elaborado con uva Syrah pertenece a la línea *Premium* de Vientos; presenta intensas notas frutales con final de cuero y caramelo, en boca es intenso y carnoso gracias a su añejamiento de 15 meses en barricas de roble. Los expertos lo sugieren como acompañamiento de platillos como mole negro, carnes y embutidos o filete a la pimienta.

Promesas de la gastronomía mundial

Según la revista Food & Wine éstos son los 10 chefs considerados las nuevas promesas: Gastón Acurio, del restaurante Astrid y Gastón en Lima; Yannick Alléno, de Le Meurice en París; Alex Atala, del D.O.M. en São Paolo; Mathias Dahlgren, del local que lleva su nombre en Estocolmo; Luke Mangan, del Glass Brasserie en Sydney; Mark McEwan, de ONE en Toronto; los hermanos Roca de Moo en Barcelona; Fabio Trabocchi de Fiamma en Manhattan; Seiji Yamamoto en el Nihonryori Ryugin de Tokio, y el talentoso mexicano Enrique Olvera, chef y propietario del restaurante Pujol en D.F. ¡Felicidades Enrique!

Para padres legendarios

Diageo, líder mundial en distribución de bebidas *Premium* y whiskies escoceses, presenta cinco ediciones limitadas de sus dos grandes leyendas del whisky escocés. Buchanan's es un símbolo de calidad y legado, mientras que Johnnie Walker es el máximo ícono de este famoso destilado, haciendo a la vez un homenaje al progreso. Para celebrar el Día del Padre, durante junio se encontrarán a la venta unos estuches que contienen grandes experiencias de cata para los paladares más selectos y conocedores. *Conocer es no excederse.*

Sabor en aerosol

Capullo, el aceite líder en el cuidado de la salud de la familia y en innovación, lanza Capullo en aerosol, cuya fórmula posee el mejor balance de semillas como en su presentación líquida al ser el único producto en el mercado que ofrece aceite de linaza y canola, rico en antioxidantes y omegas 3, 6 y 9. Aporta cero calorías, de tal manera que los consumidores que requieren disminuir el aporte energético de su alimentación contarán con un nuevo aliado para su figura. Este nuevo producto está dirigido a mujeres prácticas y modernas con estilo de vida activo, dentro y fuera del hogar, que buscan productos que les ayuden a cuidar la línea.

Más que un accesorio para tu cocina

CASANDRA®

Servicio a clientes: 01 800 700 8383

www.comercializadoracasandra.com.mx

Casandra®

LIPP
La brasserie
129 años enalteciendo la gastronomía francesa

Ubicado dentro del Hotel
JW Marriott de la Ciudad de México

Campos Elíseos, Zona Hotelera Polanco

Tel: 5281-3434 / 5281-3538 / 5999-0000.

www.lipp.com.mx.

CONTAMOS CON TERRAZA

EL LUGAR IDEAL PARA CENAR
DESPUÉS DEL AUDITORIO

Celebración a la mexicana

Con motivo del Día del Padre, la tequilera Don Julio nos da una muestra de su línea de añejos, destilados *Premium* de tradición 100% mexicana. Tequila Don Julio 1942 surgió para conmemorar el 60° aniversario de la creación de este tequila por parte del maestro Don Julio González Estrada. Envasado en una elegante botella elaborada a mano, se distingue por su sabor complejo con notas frutales y amaderadas, por lo que se recomienda como un excelente digestivo. *Conocer es no excederse.*

Vinexpo, impulsando el vino en tiempos difíciles

Una vez más Vinexpo, Exposición Internacional del Vino y los Licores, se llevará a cabo del 21 al 25 de junio de 2009, en la ciudad de Burdeos (Francia) y contará con aproximadamente 400 expositores de 45 países. En cuanto a los pabellones nacionales o regionales, se impuso un nuevo récord, ya que 20 regiones de producción reunirán pequeñas sociedades para dar a conocer sus vinos y licores. Vinexpo también recibirá a la Asamblea General de la Asociación de la Sommelieria Internacional (Association de la Sommellerie Internationale- ASI). El evento contará con más de 120 *sommeliers* procedentes de todo el mundo y se llevará a cabo el sábado 20 en el Palacio de Congresos. Catas, conferencias, premiaciones y demás eventos especiales pueden consultarse en www.vinexpo.com.

Por una sana prevención

Samsung Electronics México presentó su nueva campaña "Apoyando la prevención del cáncer de mama", que consiste en destinar una parte de las ventas de su colección de productos *Premium* de refrigeradores Side by Side y French Door, como así también su colección de lavadoras de carga frontal a la Fundación Cimab. Durante los meses de junio y julio se pondrá en marcha esta campaña con la que Samsung pretende sumar la mayor cantidad de apoyo, con el deseo de brindar esperanza y ayuda a las mujeres que padecen esta enfermedad.

Lo nuevo en utensilios de cocina

Toolbar, dentro de su barra de artículos de cocina, presenta sus nuevas cacerolas y ollas fabricadas de acero inoxidable 18/10. Su base de aluminio permite agilizar la conductividad del calor, distribuyéndolo y previniendo viscosidades en el fondo. Además poseen dos canales anchos que ayudan a colar, su tapa es de cristal con orificios grandes y pequeños en ambos lados del borde que permiten el drenaje conveniente del líquido y del alimento. No pueden faltar en su cocina.

Degustación mestiza

El chef corporativo de Grupo Castellano, Mauricio López, ofreció una cena degustación con nuevos platillos de mar en el restaurante Torre de Castilla, que se incluyeron en el menú de todos los restaurantes del grupo. Algunos platillos del menú fueron ostión Kumamoto con vinagreta de xerez, ostión Kumiai de la boca al limón y ostión de la laguna Ojo de Liebre con aceite de guindillas; arroz caldoso con almejas Manila y gambas con salmonetes de Baja California a las brasas. Una excelente muestra de platillos de la cocina española donde se conjugan estupendamente productos de tierras Bajacalifornianas..

Noches de terraza

Para aprovechar la temporada previa a la época de lluvias, el Hotel W Mexico City presentó su nuevo concepto de "Noches de Terraza", una nueva experiencia de cortes a la parrilla y bar de cócteles. Esta perfecta mezcla entre The Whiskey Bar y el restaurante Solea (que adquirió el Star Diamond Award) permitió ofrecer –además de carne a la parrilla para todos los gustos –desde salmón a las hierbas hasta un New York strip, presentado en un *grill* donde el chef estuvo preparando los cortes a la vista de todos. Acompañaron la velada una gran variedad de bebidas, como el mojito, la Ultimate Margarita y un Blue Martini, entre muchas otras.

Pureza y originalidad

Nestlé Nespresso, pionero en el mercado de café *Premium*, presenta la nueva línea de cápsulas Espresso "Pure Origin", cada una proveniente de un país distinto y elegida cuidadosamente por los expertos del café. "Indriya", por ejemplo, proviene de la India, tiene notas de cacao y plantas secas y un *bouquet* especiado a clavo, pimienta y nuez moscada. "Dulsao" es la modalidad de Brasil, una mezcla de los cafés Bourbon secados al sol para realzar suavidad y dulzor, con notas a miel y malta. Cada una de estas cápsulas ha sido sellada herméticamente manteniendo la frescura de los aromas del café y conservando los sabores de las variedades.

El Quijote en el Mesón

El restaurante el Mesón del Cid presentó la muestra gastronómica "El Quijote", como homenaje a los 400 años de la obra literaria, con platillos mencionados por Miguel de Cervantes en sus páginas. Esta muestra fue resultado de la investigación de las recetas obtenidas de libros de cocina tradicional manchega, algunas de ellas adaptadas al gusto actual. Es el caso del pastel de liebre Duelos y quebrantos, a manera de entrada; para seguir, ensalada Pisto manchego y un taburete de albondiguillas y salmorejo. Como plato fuerte Olla podrida y un mojete de conejo, entre otros platillos.

CHAMARRÉ
FRANCE

Una nueva manera de beber el vino francés.

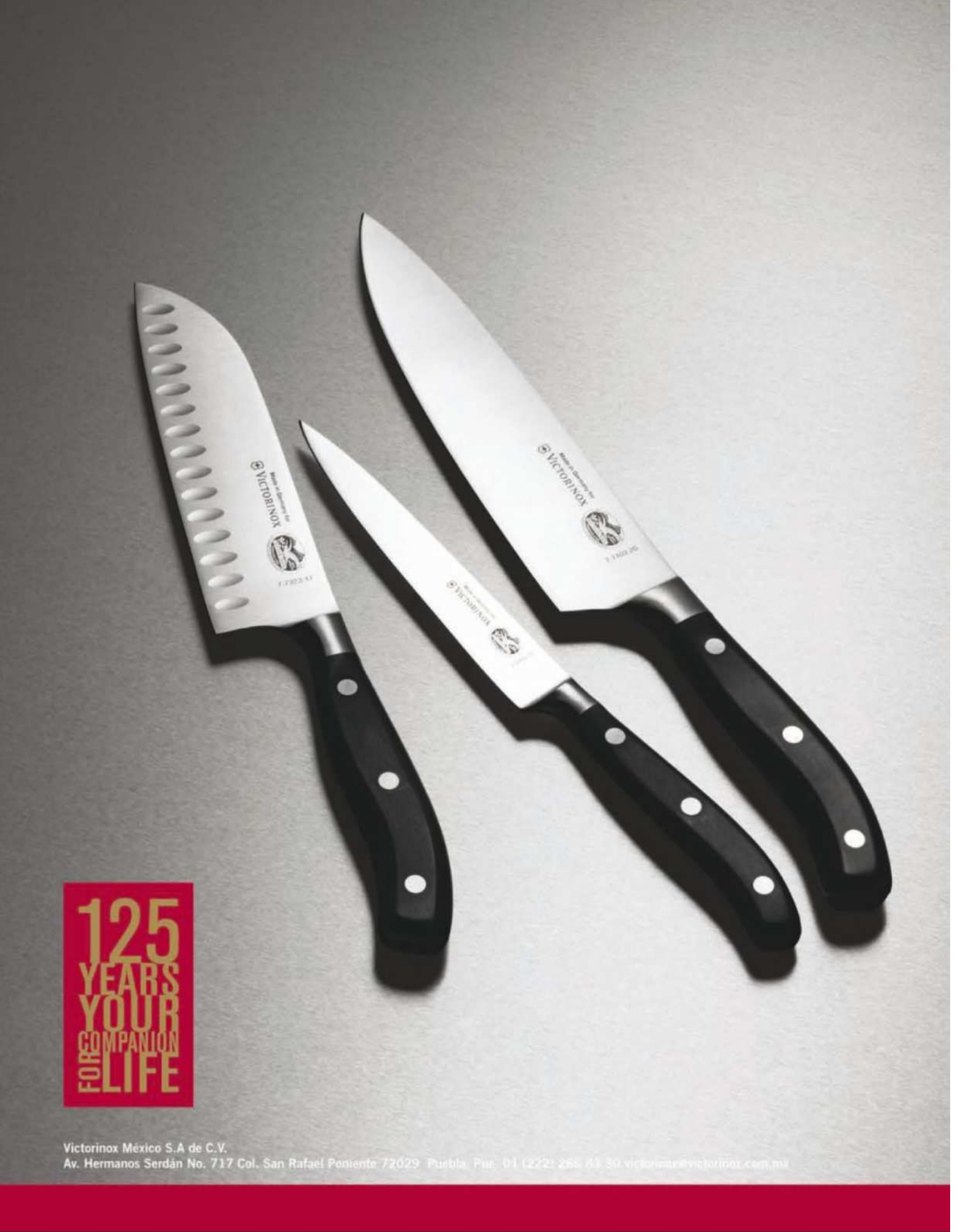
Selection
Bi-varietales
Chardonnay Sauvignon
Grenache Shiraz
Shiraz Merlot
Cabernet Sauvignon Grenache

Grande Reserve
Mono varietales
Chardonnay
Pinot Noir
Shiraz
Cabernet Sauvignon

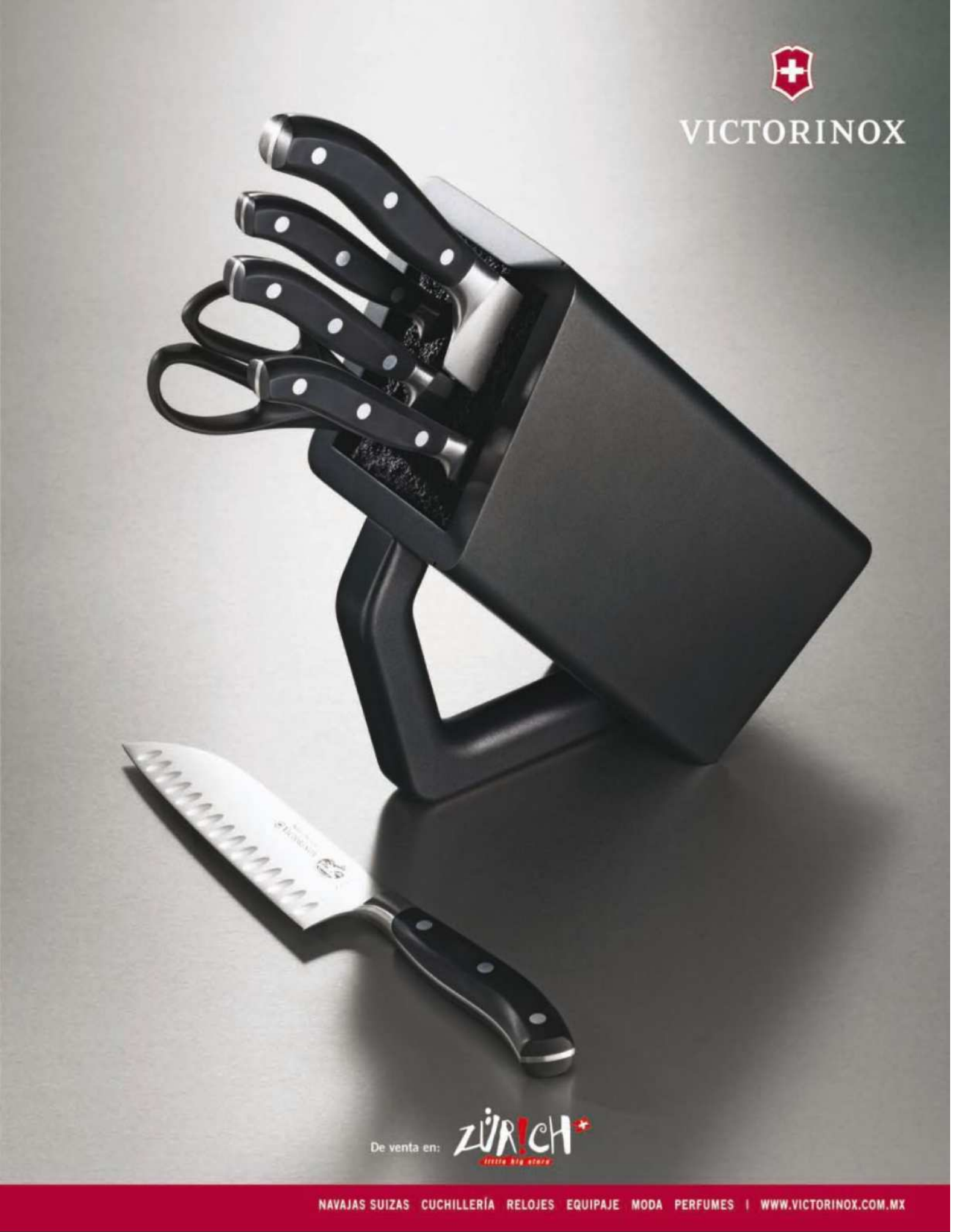
Tradition
Jurancon

Para mas información, gracias de contactar VINARMONI-CLUB DE VINO
Tel: 55•45•48•74 ext. 115, 142, 154
www.vinarmoni.com.mx/tienda

vinarmoni
Club de Vinos
www.vinarmoni.com.mx



Victorinox México S.A de C.V.
Av. Hermanos Serdán No. 717 Col. San Rafael Poniente 72029 Puebla, Pue. 01 (222) 285 83 50 victorinox@victorinox.com.mx


VICTORINOX
De venta en:
ZÜR!CH
little big store
NAVAJAS SUIZAS CUCHILLERÍA RELOJES EQUIPAJE MODA PERFUMES | WWW.VICTORINOX.COM.MX

La Vid Argentina
el lugar ideal

Porque
sabés dónde...

CERTIFIED ANGUS BEEF

Angus beef at its best
Restaurante Certificado

INSURGENTES
Insurgentes Sur 953
5669-0570 / 5536-0045

POLANCO
Sudermann 336
5531-5211 / 5203-7222

CONDESA
Nuevo León 185
5286-0999 / 5286-1999

ARBOLEDAS
Aut. Mex-Qro 3985
5565-4582 / 5565-4603

www.lavidargentina.com

Cinco diamantes por décima ocasión

El restaurante Les Moustaches, que este año cumple 35 años, fue galardonado con el Premio Five Star Diamond Award por parte de The American Academy of Hospitality Sciences por décimo año consectivo. El evento se llevó a cabo en el restaurante Baikal de Acapulco, donde asistieron invitados del gremio gastronómico y social. El Five Star Diamond Award se otorga tras una evaluación muy rigurosa de alimentos y bebidas, servicio, seguridad, apariencia, aspecto del inmueble, entre otros rubros.

Resaltan cocina yucateca

Con la finalidad de impulsar al estado de Yucatán como un atractivo polo turístico enmarcado por una gastronomía distintiva, se realizó el primer festival anual "Explore la nueva cocina yucateca", que incluyó la participación de reconocidos chefs del país y un concurso de nuevos valores del ramo. Éste permitió probar delicias culinarias por parte de Benito Molina, Guillermo González, Alejandro Ruiz, Lula Martín del Campo, además de una cata impartida por el enólogo José Luis Durán. Durante el festival, los chefs invitados ofrecieron, por la noche, un menú selecto de la cocina yucateca. Entre los restaurantes participantes estuvieron Néctar, Trotter´s y el del Country Club.

elgourmet.com renovado y mejorado

El canal de *elgourmet.com* presentó las novedades de la programación para 2009. El chocolatero José Ramón Castillo viene con la nueva temporada de *Xocolatl y Cacao*. Alfonso Cadena recorre ciudades de la costa oeste de Estados Unidos para visitar los restaurantes más destacados en *West/USA*. El chef mexicano Enrique Olvera se presenta en *Recetas de autor*. Y el chef español residente en México, Mikel Alonso, debuta con *Pinceladas mexicanas*. Además comenzará *Desafío Gourmet, en busca de un nuevo chef*, donde 12 cocineros latinoamericanos residentes en México compiten para tener la posibilidad de conducir un programa en el canal durante 2010.

Consienten a sus clientes

Como una muestra de agradecimiento a sus clientes, Sears, Oster y Sunbeam presentaron una clase demostración con el español Javier García, chef instructor del Instituto Superior Mariano Moreno en plaza Satélite. La clase a puertas abiertas consistió en presentar algunos platillos muy representativos de su cocina con toques asiáticos e ingredientes mexicanos. Entre los platillos que presentó se encuentran: tapas, sopas frías de melón, salmorejo de fresas, *tataki* de atún sobre salsa de mango, tempura de camarón con mayonesa de mostaza dulce y otra de 10 sabores hecha con ajo, pimientón picante, vinagre y peperoncino y brochetas de pulpo y de res. García presentó de manera muy sencilla todos sus procedimientos.

¿qué tal cenar hoy en uno de los mejores restaurantes del país?

VISA PLATINUM

Experiencias Gastronómicas con Visa. Un programa que proporciona a los clientes Visa Platinum lo mejor de la gastronomía en México, invitándolos a probar menús exclusivos preparados por los mejores chefs del país. Un privilegio más de la tarjeta Nº 1 del mundo.

más personas alrededor del mundo van con Visa

visa-platinum.com

VISA

GANADORES DEL PREMIO STAR DIAMOND 2009

ACAPULCO
Baikal
(744) 446-6845
www.baikal.com.mx

Tabachin at Pierre Marques
(744) 435-2600
www.fairmont.com

CANCÚN
Casa Rolandi
(998) 883-2557
www.rolandi.com

La Dolce Vita
(998) 885-0161
www.ladolcevitacancun.com

La Habichuela
(998) 884-0940
www.Lahabichuela.com.mx

COZUMEL
Alfredo di Roma
(987) 872-9500
www.intercontinental.com

DISTRITO FEDERAL
Les Moustaches
(55) 5533-3390
www.lesmoustaches.com.mx

Hacienda de los Morales
(55) 5283-3054
www.haciendadelosmorales.com

Tezka Zona Rosa
(55) 9149-3000
www.hotelroyalzr.com

Cordon Bleu Casa de Francia
(55) 5208-0660 EXT. 103
www.lcbmexico.com

Biko
(55) 5282-2064
www.biko.com.mx

Taberna del León
(55) 5616-2110
www.monicapatino.com.mx

Au Pied de Cochon
(55) 5327-7700
www.ichotelsgroup.com

Jaso
(55) 5545-7476
www.jaso.com.mx

Alfredo di Roma
(55) 5327-7700
www.ichotelsgroup.com

Los Danzantes
(55) 5658-6451
www.losdanzantes.com

Pujol
(55) 5545-4111
www.pujol.com.mx

Paxia – San Angel
(55) 5550-8355
www.paxia.com.mx

Xaak – Santa Fe
(55) 5292-6117
www.xaak.com.mx

Zhen Shanghai
(55) 5327-7700
www.intercontinental.com

Solea
(55) 9138-1800
www.whotels.com/mexicocity

Le Bouchon Brasserie
(55) 5281-7902
www.lebouchon.com.mx

ENSENADA
El Rey Sol
(646) 178-1405
www.Elreysol.com

GUADALAJARA
Talento
(33) 3915-3565
www.talentorest.com

Corazón de Alcachofa
(33) 3642-0008
www.corazondealcachofa.com

IRAPUATO
NIU
(462) 144-0334
www.niu.com.mx

LEON
du ble Bistro
(477) 779-4914

LOS CABOS
Canto del Mar
(624) 144-2000
www.marquisloscabos.com

D'Cortez
(624) 145-6100
www.sheraton.com/haciendadelmar

Pitahayas
(624) 145-8010
www.pitahayas.com

Fellini's Ristorante
(624) 142-9797
www.pueblobonito.com.mx

LaFrida
(624) 142-9999 EXT. 8080
www.pueblobonito.com

Edith's Restaurant
(624) 143-0801
www.edithscabo.com

MÉRIDA
Casa de Piedras
(999) 930-2140
www.xcanatun.com

MORELIA
Los Mirasoles
(443) 317-5775
www.losmirasoles.com

NUEVO VALLARTA
Piaf at Grand Velas
(322) 226-8000
www.grandvelas.com

OAXACA
Casa Oaxaca
(951) 516-8889
www.casaoaxaca.com.mx

Los Danzantes
(951) 501-1184
www.losdanzantes.com

PUERTO VALLARTA
Café des Artistes
(322) 222-3228
www.cafedesartistes.com

Thierry's Prime Steak House
(322) 221-1212
www.thierrysprime.com

Le Kliff
(322) 224-0975
www.lekliff.com

Los Xitomates
(322) 222-9434
www.losxitomates.com

Kaiser Maximilian
(322) 223-0760
www.kaisermaximilian.com

La Palapa
(322) 222-5225
www.lapalapa.com

Vista Grill
(322) 222-3570
www.vistagrill.com

Trio Restaurant
(322) 222-2196
www.triopv.com

Tikul
(322) 209-2010
www.tikul.com

PUNTA DE MITA
Café des Artistes del Mar
(329) 291-5415
www.cafedesartistesdelmar.com

SAN MIGUEL DE ALLENDE
Andanza at Casa de Sierra Nevada
(415) 152-7040
www.casadesierranevada.com

TIJUANA
Villa Saverios
(664) 686-6442
www.villasaverios.com

Con tu tarjeta Visa Platinum, disfrutas de un menú exclusivo durante todo el año en los mejores restaurantes de México, premiados con el International Star Diamond Award. Aprovecha y disfruta de una experiencia para alimentar todos tus sentidos, disponible únicamente al pagar con la tarjeta Nº 1 del mundo.

más personas alrededor del mundo van con Visa

visa-platinum.com

VISA

Cata de altura

El Grupo Enológico Mexicano se caracteriza por brindar a sus miembros experiencias únicas en torno al vino. En esta ocasión, comandados por su presidente, el Dr. Guzmán Peredo, llevaron a cabo la primera cata de vino mexicano en globo aerostático en Tequisquiapan, Querétaro.

En cada globo, un miembro del Grupo Enológico Mexicano y hasta el enólogo de Freixenet, Jordi Fos, cuyos vinos fueron los catados, fueron quienes dirigían la cata en las alturas. Literalmente en las nubes, a más de 400 metros, se cataron tres vinos: el blanco Doña Dolores Sauvignon Blanc, el tinto 4 Regiones y el espumoso Doña Dolores Brut Nature.

De manteles largos

Fundado por el chef Juan Mari Arzak, el restaurante Tezka celebra sus primeros 15 años de existencia. La celebración se alargará durante todo el presente año con menús degustación que incluirán tanto sus famosas recetas como sorpresas nuevas en los platillos del chef Pedro Martín, último discípulo en México de Arzak. Este cocinero marca una nueva etapa en la historia del restaurante al proponer una cocina fresca y renovada, siguiendo la misma línea de calidad e innovación gastronómica legada por sus antecesores, pero con sabores de autor novedosos e influencia vasca, francesa, española y mexicana.

Cóctel Gourmet

Como parte de una astuta campaña de publicidad, la bebida Hpnotiq y el restaurante Diagional presentaron una creación única del barista Arturo Rojas: el Cóctel Gourmet, una bebida fresca y divertida que se realizó pensando en la revista *elgourmet.com*.

1 1/2 onza de Hypnotiq
1/2 onza de tequila
1/2 onza de licor de sandía
5 cubos de sandía
1 ***dash*** de jarabe natural
1 ***dash*** de granadina
5 cubos de hielo
• un toque de limón

Se licuan todos los ingredientes y se coloca la mezcla en una copa bien fría (usando una martinera de acero).

Al probar el cóctel, sentimos que para potenciar los sabores y darle más textura, un poco de pimienta negra recién quebrada podría otorgarle un toque sorprendente. Este cóctel es una bebida ideal para los días de calor y para compartirla con buenos amigos. El Cóctel Gourmet estará disponible en Diagonal durante los siguientes meses. *Conocer es no excederse.*

Euro te

Te desestresa, Te reanima, Te
ta, Te ayuda, Te gusta, Te fortalece, Te
libra, Te relaja, Te sienta bien, Te
giza, Te ayuda, Te fortalece, Te
a bien, Te equilibra, Te gusta, Te

Los mejores tes
y tisanas del mundo

¿Te interesa conocer más sobre el té?
Participa en nuestro
Curso Básico de Té
Visita nuestro sitio web
www.eurote.com.mx
Tel.5675-31-69

Miembro de Tea association of USA, Inc. desde el 2006

El 10
La deliciosa informalidad

Por Ana Saldaña

Pareciera que en prácticamente cualquier lugar de la Ciudad de México podemos encontrar restaurantes argentinos, tanto buenos como malos. Por lo mismo puede ser complicado, agotador y muchas veces oneroso conocerlos ya que la sensación es que esos locales –que sirven cortes de carnes– no son necesariamente lo más baratos. Por ello es refrescante encontrar lugares donde puedas comerte un buen corte de carne, sin tener que dejar el reloj empeñado. Es por eso que soy clienta asidua del pequeño y acogedor El 10 de Alfonso Reyes en la Condesa, un lugar idóneo para una comida informal.

Al enterarme que ya abrió uno dentro del Centro Comercial Santa Fe, no me lo imagino. Confieso tener una aversión por los restaurantes ubicados en ese tipo de plazas, en los que pocas veces se me verá.

Sin embargo, dejé a un lado mis prejuicios y me decidí ir a conocer esta nueva sucursal. Lo mejor es estacionarse por la entrada de la tienda Liverpool donde justo enfrente -en el segundo piso- se halla el restaurante. Son las 2.30, hora pico. La amable recepcionista me indica que tendré que esperar unos 10 minutos. Si lleva prisa, definitivamente recomiendo reservar, aunque esperar no resultó tan mal ya que nos ofrecieron una pequeña empanada para distraer al hambre y no pasó mucho tiempo cuando nos llevaron a nuestra mesa.

El ambiente es acogedor e invita a pasar una tarde con amigos. La decoración del lugar me recuerda a los típicos restaurantes argentinos y a sus otras sucursales, aunque todavía se ve todo muy nuevo. Paredes de ladrillo, mesas de madera y los cuadros de coloridas caricaturas de personalidades argentinas como Maradona y Evita contrastan con los grandes televisores donde todo el tiempo pueden observarse partidos de futbol.

Los comensales, en su mayoría, parecen ser gente que trabaja en el área de Santa Fe. Al preguntarle a Miriam, mi mesera, sobre los clientes que asisten al restaurante, me confirma que entre semana son personas (en su mayoría hombres) que trabajan por la zona y algunos estudiantes de las universidades cercanas. Los fines de semana es más familiar.

"El 10" abrió su primera sucursal en 2004 en la Calle de Alfonso Reyes en la Condesa, producto de una asociación entre José Rafael García y Alejando Fluriach, quienes tuvieron la idea de montar un restaurante tipo parrilla donde -al igual que en la Argentina- puedas comer en un ambiente informal buena comida a precios razonables. Ahora cuentan con sucursales en Benjamín Hill, plaza Parque Lindavista, Playa del Carmen, Santa Fe y Plaza Polanco.

Felicito a los dueños por la carta de vinos ya que parece que en esta nueva sucursal han puesto un mayor énfasis en eso, algo que siempre critiqué de sus ubicaciones en la Condesa por lo limitado de su oferta. Aquí está compuesta por una amplia selección de vinos argentinos de varias regiones, donde encontramos opciones para todos los bolsillos. Pido un Malbec la Flor de Pulenta Estate ($ 370), y recordé con agrado que hace algunos años en Buenos Aires conocí a Eduardo Pulenta,

fundador del viñedo, quien decía que su misión era hacer el mejor vino argentino, como si cada uno de ellos fuera un gran vino, combinando la calidad, el cuidado al medio ambiente, pero sobre todo con altísima relación precio calidad. El Flor de Pulenta, a pesar de ser de la línea más económica de la vinícola, está bien armado y es ideal para acompañar carne por sus notas frutales, con vainilla y mucho tabaco.

Mientras leo la carta con un agradable rock argentino de fondo, pido unas botanas. Me sugieren una Provoleta "El 10" ($ 84) y una empanada de elote con queso ($ 26) y otra de carne ($ 26). El queso está acompañado de jitomate, tocino, chiles y cebolla, lo cual más que argentino, me parece una combinación tipo tex-mex. Las empanadas están calentitas y recién horneadas. La de carne está muy rica, pero la de elote parecería tener más salsa blanca que queso, aunque el sabor también es muy bueno.

De plato fuerte pedimos un Vacio Argentino con ensalada ($ 133) y una Hamburguesa con queso y papas fritas ($ 72). La carne es de buena calidad y está marmoleada. El sabor que le agrega la parrilla es indudable. Está preparada con cuidado y cocinada a perfección conforme lo indica la banderita que acompaña al corte indicando el término del mismo. La hamburguesa también está muy buena y las papas fritas están recién hechas.

Para terminar, pido un panqueque de manzana con helado de vainilla ($ 70). Es una crepa delgada del tamaño del plato, acompañada de rodajas de manzana cocinadas en la misma masa, caramelizada en su superficie que se sirve con helado de vainilla. Está muy buena.

Veo a mi alrededor y el ruidoso restaurante –cuyo servicio he de decir no es el mejor a horas pico en ninguna de las sucursales– se está vaciando rapidísimo, lo cual me hace voltear a ver mi reloj. Ya son casi las 4.00 de la tarde. Parecería que para muchos de los comensales, incluyéndome, es hora de volver a la realidad y regresar al trabajo, ya que por un ratito me escapé y me sentí acogida en un restaurante que invita a tomarte una copa con amigos y comerte un buen corte de carne. Sin embargo, más allá del ambiente, en esta época que todos estamos cuidando nuestro bolsillo, al revisar la cuenta sonrío. Este es uno de esos pocos lugares donde se puede comer bueno, bonito y barato. Definitivamente lo visitaré otra vez.

DATA

El 10
Centro Comercial Santa Fe
Av. Vasco de Quiroga 3800, local 588,
20. nivel, Col. Lomas de Santa Fe
Tel. 2167 4064

Pectorales y deltoides,

ÓPTIMOS RESULTADOS

Esta rutina de hipertrofia de pecho y hombro se realiza en 30 minutos. Debemos trabajar con la carga de peso máximo que nos permita ejecutar de manera correcta de 8 a 12 repeticiones de cada ejercicio.

{INSTRUCCIONES PARA REALIZAR LA RUTINA}

Antes de hacer el circuito debemos calentar el cuerpo por diez minutos en la caminadora o la elíptica. También es importante lubricar las articulaciones involucradas directa o indirectamente (cuello, hombros, codos, muñecas, cintura) con movimientos circulares aislados y algunas pruebas con carga ligera. El orden de los ejercicios debe respetarse, ya que se intercalan los básicos con los de aislamiento para conseguir un resultado óptimo. El número de repeticiones está indicado en cada ejercicio. El tempo es de 2 positivo, 2 negativo, siempre con control y precisión. Podemos hacer esta rutina una o dos veces a la semana.

DATA

Sir Winston Churchill's
Blvd. Manuel Ávila Camacho 67, Col. Polanco
Tel. 5280 6070

No hay nada mejor para una buena carne que un buen vino. La carta es muy extensa y variada, pero sus precios son elevados. Optamos por un chileno llamado Ramirana Cabernet Sauvignon ($ 595), de buena tanicidad y con aromas que recuerdan cerezas y zarzamoras con un toque de vainilla, proporcionada por la barrica de roble que se alcanza a percibir.

Al preguntarle al mesero sobre el tamaño de los cortes, solicito el más pequeño, llamado Lady Clementine ($ 348) que pido término rojo. Se ofrecen varios tipos de mostazas y raíz fuerte para acompañar los cortes. Opté por la mostaza inglesa y raíz fuerte.

Previo al plato fuerte, pedimos al centro, por recomendación del mesero, un paté de trucha y salmón acompañado de pan dorado ($ 140), que estaba excelentemente preparado con los ingredientes más frescos.

El término de mi corte es perfecto. No me puedo imaginar qué tan grande será la porción llamada Churchill, porque la que tengo frente a mí es bastante vasta. El plato viene acompañado de unas espinacas a la crema y un yorkshire pudding, un pan en forma de magdalena preparado con huevos, harina y leche, que gracias a la temperatura de su horneado, el interior forma un gran espacio de aire. Este pan acompaña perfectamente a la carne. Es un platillo realmente típico inglés. La carne está jugosa y muy suave. Pareciera que en ese momento lo único que existe es mi carne y la música del piano.

Resulta imposible resistirse a la tentación del carrito de postres, por lo que pido el "sherry trifle" inglés ($ 79), preparado con una base de pastel de vainilla cortado en trozos, acompañado de sherry y pudín de vainilla, merengue y cerezas. Está delicioso.

Me queda la sensación de haber viajado en el tiempo, ya que a la hora del servicio todavía en este restaurante utilizan brillantes charolas, cuchareo a la mesa, y las bebidas vienen acompañados de mezcladores con el nombre del lugar. La presentación de la comida, me recuerda a los restaurantes tradicionales de antaño donde la comida se sirve en alargados platos blancos con acompañamientos de vegetales y carbohidratos que están muy lejos de las tendencias minimalistas que vemos hoy en día. Entiendo porque uno podría acostumbrarse a venir seguido y convertirse en cliente frecuente, aunque cuando llega la cuenta sé que tendré que trabajar mucho para poderme dar este lujo todos los días.

Holiday Inn
EXPRESS®
Mexico Reforma

Paseo de la Reforma #208
Mexico city, 06600 Mexico
Hotel Front Desk: 52-55-91505900
Hotel Fax: 52-55-91505901
www.hiexpress.com/mexicoreforma
reservaciones@horusmx.com

reserva con confianza
www.hiexpress.com/espanol

Beef & Lobster

Sentimientos encontrados

Por Alejandro Zárate

Este es uno de esos lugares que no deja de crear curiosidad y controversia. Un menú amplio de corte "internacional" y predecible. Presenta muy buen sazón y grata atención pero presencia por momentos ordinaria.

El local, que antes albergó diversos conceptos como Don Amador (versión contemporánea del mítico Prendes), conserva un toque vanguardista, pero noventero, que resulta tranquilo y acogedor. El salón, alto y bien iluminado, aprovecha muy bien el espacio donde se crean variados ambientes para el comensal. Una zona más privada arriba y apenas unos escalones abajo se encuentra el gran salón con vista a Masaryk y una tarima donde el trío Zafiro ameniza la tarde.

Al entrar en el local, una amable señorita recibe a los comensales con mucha confianza, pero no en sí misma, sino con los visitantes. Al parecer, lo que se estila aquí es «tutear» al cliente.

Primera impresión: regular. Luego, un amable mesero golpea vigorosamente la pecera con Bogavantes vivos, seguramente para demostrar al recién llegado la frescura de sus productos.

Mal detalle con los crustáceos. Ojo, no son langostas sino sus primos con tenazas. En el menú se anuncia Langosta al gusto de $ 850 a $ 1200, según el tamaño.

Una hostess-mesera conduce a la mesa. Entallada en mallones negros y camiseta de amplio escote, ofrece un aperitivo. Acto seguido, un batallón de meseros, otra hostess y hasta el capitán llegan para dar la bienvenida.

La carta presenta platillos clásicos sin sorpresa creaciones del chef Alfredo Cuenca, quien anteriormente ha trabajado en Angus y Black & Black, lo cual explica el estilo de la cocina y la tendencia coqueta de las amables señoritas que atienden. Ensaladas tipo Capresse, Cesar, pollo, pato y sopas, de las que resulta muy recomendable el jugo de carne ($ 65), que sin ningún agregado es delicioso. Agradable consistencia, sabor y textura. El muestrario de condimentos que lo acompañan están de sobra.

La crema de chicharrón ($ 69) es un caldo espeso y blanco con base de crema copeteada con trocitos de chicharrón. El sabor sorprende, la porción es generosa, ideal para la clientela, mayoritariamente masculina que aquí se congrega.

Justo cuando todo parece ir muy bien, a pesar de la desmedida atención, una voluptuosa hostess, aún más entallada y escotada, aparece inundando con su perfume el salón. Las miradas de la relajada clientela se unen en el mismo punto. Inevitablemente se ven algunas sonrisitas incómodas entre las pocas damas presentes.

El menú incluye opciones para todos los gustos. Aunque lo que destaca es la langosta, se antoja una cazuela de camarones U12 ($250), guisados en champiñones y un rico caldillo, aunque estos difícilmente cumplen con la expectativa de tamaño (y precio), el sabor es impecable. Ideal como plato fuerte ligero o como un entrante para compartir entre tres.

La carta de vinos, seleccionada y provista por el distribuidor argentino Grand Cru, favorece a los caldos sudamericanos. Los precios oscilan entre $300 y $700 con variedad suficiente pare escoger, al alcance

de todos los bolsillos. Lamentable resulta la ausencia de buenos vinos mexicanos.

Para el plato fuerte, la especialidad de la casa es el Beef & Lobster ($ 590), extraña mezcla de sabores y texturas donde la langosta palidece. Parece ser que los platillos propios no son la mezcla más elegante y acertada. Se puede mencionar el Prime Rib ($ 350) con sazón Beef & Lobster, el enorme trozo de 350gr cocinado al horno con el gravy del chef decepciona en sabor y textura, y se le suma la apretada presentación que apenas deja espacio para una papa de sabor estándar y unos granitos de elote muy amarillos.

Ante el disgusto, en un instante el amabilísimo capitán buscó compensar con otro platillo.

Un segundo plato fuerte se prepara entre las mesas. Se trata del filete mignon al Jerez con gravy ($ 195). Tras algunos salteados y sazonados, el platillo se presenta acompañado de un amplio surtido de vegetales al vapor. Es un plato de espíritu ochentero que recuerda más a un buffet. Zanahorias y espárragos en una construcción que sobresale del plato 10 cm, puré de papa, espinacas cocinadas con crema que se suma la salsa con champiñones. Sabor nuevamente destacado aunque complejo por todos los elementos adicionales.

Al fin un poco de paz. Satisfechos los comensales, el atento batallón de edecanes-meseras, meseros y capitán, dan un respiro.

DATA

Beef and Lobster
Presidente Masaryk 275
Col. Polanco
Tel. 5282-3478

No hay carta de postres pero no dudan en recomendar un plato de legendarias crepes suzette ($ 120), esas que marcaron época en la gastronomía de los ochentas en la Ciudad de México. De nueva cuenta el capitán acomoda sus accesorios, mechero, sartén crepero y vasitos con licores.

Valen cada centavo, son simplemente espectaculares.

En resumen: muy buen sazón aunque en presentaciones y recetas pasadas de moda. La atención hostiga por momentos, pero nunca deja de ser amable y dedicada. El tema del «tuteo» a mí en lo particular no me agrada.

El atuendo de las hostess es demasiado revelador y el perfume, abrumador.

Los precios no son malos ya que las porciones son generosas, aunque a veces demasiado.

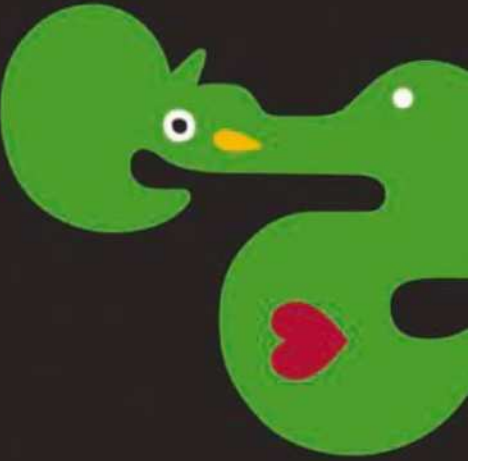
El ambiente no es familiar, más bien masculino de nivel medio gerencial, pero cabe resaltar que con las familias se desviven en atenciones. En general, bien para ser la primera aventura restaurantera del misterioso propietario, simplemente llamado, licenciado Betancourt.

Música en vivo:
Viernes y sábados a partir de las 9:30 pm

Desayunos a partir de las 8:00 am

Emilio Castelar 111A, Polanco
D.F., 11560
5281.0075, 5280.6885
casaportuguesa.com.mx

casa portuguesa



Viene la expoelgourmet.com 2009

con grandes novedades para el público amante del buen vivir.

María Teresa González

Parece que falta muchos días, pero como en toda gran fiesta, invitar con anticipación es relevante, ciertamente la Expoelgourmet.com 2009, se celebrará del 21 al 23 de agosto, siendo la tercera edición anual de este evento gastronómico, que organiza el canal elgourmet.com y Am Vission, en el Centro Banamex de Ciudad de México.

Muchos visitantes han experimentado ya las riquezas y propuestas de la única feria gastronómica creada por un canal de televisión que, además de presentar 150 stands de diferentes recursos gourmet como: Vinos, Tequilas, Chocolates, Quesos, Utensilios, Electrodomésticos y Uniformes, entre muchas opciones más; tiene una regalo importante para el público, la Expoelgourmet.com organiza clases demostrativas con los conductores del canal, así el público interactúa en vivo y a todo color con sus chefs favoritos, se toman fotos, tienen autógrafos y reciben una constancia del curso.
En 2009 participarán: Donato De Santis, Borja Blázquez, Paulino Cruz, Paulina Abascal y José Ramón Castillo.

Para compartir con mucho entusiasmo cómo se está preparando el evento, en este ejemplar de la revista, una de las conductoras más queridas de elgourmet.com, hablará sobre las novedades; por supuesto que más adelante otros amigos del canal, seguirán dando información.

Las clases de una joven chef en la *expoelgourmet.com*

Usted la conoce en cierta forma, ha visto sus programas, Paulina Abascal, es la angelical chef que termina sus recetas mandando Dulces Besos al público, Paulina tiene una trayectoria de 14 años como chef pastelera, ha estudiado en México y distintos países de Europa, es integrante de la Academia Culinaria de Francia, empresaria, escritora, esposa, mamá de 2 niños maravillosos, el tiempo le alcanza para hacer todo y mucho más, por un secreto sencillo: su trabajo no es un trabajo, ella lo ve como un privilegio.

Paulina Abascal: Yo sí considero que una parte muy importante de la vida es esa, endulzártela, pasártela bien, compartir con los amigos, compartir con la familia, ser feliz, y un buen postre, un buen helado, una galleta, te endulza la vida, y te endulza el alma, entonces, por supuesto que la pastelería tienes sus bases, tiene sus métodos, tiene sus técnicas y me encanta compartirlo, enseñar, para que todos a su vez puedan hacer lo mismo. Para mí ser chef pastelera no es un trabajo, es un privilegio estar en los mejores momentos, en las fiestas de cumpleaños, en las bodas, en todos los momentos que la gente considera los momentos más importantes de sus vidas, pues en muchos de esos estoy yo presente, para mí es un privilegio.

¿Paulina cuéntanos un poco sobre las recetas que enseñarás en la Expo?

Paulina Abascal: En una de las clases voy a tener un festival de tartas, el público y yo vamos a platicar, a trabajar juntos, a resolver un sinfín de dudas, con presentaciones diferentes de tartas: individual, tarta grande, tartas de frutas, tartas de chocolate, será un festín de tartas; y en otra de las clases voy hacer 3 diferentes estilos de Concorde, que es un pastel muy clásico francés, pero hechos a mi manera, voy a tener un Concorde de frambuesas con chocolate blanco, uno de avellana y uno de chocolate.

¿Qué significa para ti participar de manera consecutiva en la Expoelgourmet.com?

Paulina Abascal: Me siento feliz, para mí el he hecho de pertenecer al canal es una maravilla, es una cosa increíble en mi vida, mi vida sí cambió, siempre he sido profesional y llevo 14 años de chef pastelera, pero a mi el tema de la tele y el tema de la gente, no pensé que me fuera a llegar tanto al corazón, la verdad. El contacto con la gente, la calidez con cada una de las personas, es algo que te retroalimenta, que te impulsa a ser mejor, a esforzarte, a prepararte mucho más, a dar lo mejor de ti, tener más calidad.

¿Podrías dar un mensaje al público, sobre por qué crees que deberían asistir a la Expoelgourmet.com, qué encontrará en el evento?

Paulina Abascal: Es el tercer año que se hace la Expo, yo siento que cada vez se va mejorando más, ofreciendo una mayor cantidad de cosas a las personas. Obviamente en el primer año todos estábamos a la expectativa y fue un éxito, el segundo año fue otro éxito, pues este año va a ser un súper éxito. Este año vamos a tener invitados especiales, a Donato y a Borja, vamos a estar José Ramón y yo. Qué va a ver ahí, aparte de que hay stands, el público puede ir a ver diferentes productos vinos, utensilios, tés, cafés, chocolates, equipos para cocina, también pueden ir a las clases con los conductores del canal que tienen diferentes especialidades esto hace que la gente se lleve cosas muy fructíferas a su casa. Desde ver todo lo que se vende, hasta una cata de vinos, hasta tomar clases con una personalidad del canal, entonces yo creo que vale muchísimo la pena, que la gente nos acompañe y que se tomen el tiempo para esta parte del buen vivir, porque van a encontrar allí muchas sorpresas, muchas cosas lindas.

Boletos en
ticketmaster.com.mx Liverpool Fábricas de Francia MEGA gandhi 5325·9000

(55) 51715298 y 51715300, escríbanos a: expoelgourmetmx@elgourmet.com o visíte: elgourmet.com

Morris Gilbert

El productor que desayuna, almuerza y cena teatro

Artista multifacético: actor, director de la división de teatro de una de las empresas productoras más grandes de México y del mundo. Es el hombre que dio lugar y éxito a un género que se resistía a triunfar en México: el musical.

Por Edgar Fernando Cruz
Fotografía: Fernando Gómez Carbajal

En 33 años nos ha permitido disfrutar de incontables obras como *Los miserables*, *Rent*, *El fantasma de la ópera*, *El hombre de la Mancha*, *Jesucristo súper estrella*, *Chicago*, *La bella y la bestia*, entre muchas otras. Actualmente presenta *Dulce caridad* y está por estrenar *Mamma mía*, a la que seguirá *Mary Poppins* en la primera versión en español que se hará en el mundo. Aquí nuestra suculenta conversación.

EFC: Morris, ¿por qué tu amor por el escenario?

MG: ¡Ay, no! Es una pregunta demasiado filosófica, creo que estaba en mi destino. Nunca en mi vida pensé en hacer otra cosa, de hecho, cuando era niño, me dedicaba a organizar presentaciones para mis amigos en un club que tenía y hacía producciones de teatro completitas, todas las semanas.

EFC: ¿Cuál fue tu primera experiencia profesional?

MG: La primera obra en la que participé se llamó *Proyecto para vivir*. En ese entonces yo pensaba que quería ser actor porque, claro, "la cara visible del teatro" son ellos. No sabía lo que era un productor, ni qué hacía; tal vez también estaba viciado por todos esos *clichés* hollywoodenses de "el productor", que es el gordo pelón que fuma puro y se lleva los millones.

EFC: A la gente se le complica entender qué hace un productor...

MG: Es un poco difícil de contestar. Es una profesión totalmente personal, es decir, cada productor tiene su distinta forma de ser, de trabajar, así como no hay dos personas con la huella digital igual, no hay dos productores de teatro iguales en el mundo.

Mucha gente entiende por productor a quien tiene el dinero, pero no, ése es el

financiero o el inversionista, que son quienes respaldan económicamente los proyectos.

Yo me considero un productor creativo, involucrado en todos los detalles de la producción hasta el último y el más ínfimo detalle. Empezando por escoger la obra, seleccionar al director, escenográfo, iluminador, vestuarista, diseñadores de todo tipo, el reparto, el tono que le vamos a dar a la producción –se puede hacer la misma obra con 70 tonos diferentes–, el público al que la vas a dirigir, la publicidad, la estrategia comercial... todo eso lo hace un productor.

Un ejemplo ideal para *elgourmet.com* es que soy el "cocinero". Yo tengo que decidir si lo que quiero cocinar es una gallina o un pato, y después cómo hacerlo, con qué ingredientes, con qué estilo, con qué receta, a qué quiero que sepa mi guisado y con qué condimentos lo voy a preparar. Eso es lo que hace el productor cuando escoge todos los elementos de una producción, para después hacer un delicioso platillo para el público.

EFC: ¿Cómo te enamoraste de los musicales?

MG: Un día leí una explicación que tomé como propia: "El musical te permite viajar a un mundo de fantasía que no tiene nada que ver con la realidad". Descubriendo ese significado es que me enamoré de los musicales. El mundo a veces es tan duro que uno quiere escaparse de alguna manera y hacerlo a través de un musical es maravilloso. Los pseudointelectuales en México critican los musicales, porque para ellos eso no es teatro, y yo no sé si quieren decir que para ellos el teatro es cuando te azotas contra las paredes y te cortas las venas.

El musical es un espectáculo muy completo, porque tienen que pasar cualquier cantidad de cosas simultáneamente para que se dé una buena función y es un arte muy difícil de manejar, requiere de muchas personas, incluyendo a los actores de musical que son muy completos, cantan, bailan, actúan, tienen mucha resistencia física...

EFC: ¿Y qué hay de otras de tus obras como *Defendiendo al cavernícola*, *Mujeres de 30* o *Los monólogos de la vagina*?

MG: Me gustan los temas humanos. Con ellos la gente se siente identificada y en ese sentido, el teatro es un gran catalizador. El público percibe que los problemas que se están planteando en el escenario son los mismos que ellos tienen. De alguna forma se reconcilian consigo mismos y aprenden que sus problemas no son únicos e irrepetibles. Comprenden que sí hay solución, que hay que tomar las cosas con sentido del humor y que no hay que azotarse para todo. El teatro, básica y primordialmente es comunicación, entonces ver una buena obra de teatro que tenga un tema de pareja o de relación humana te enseña a comunicarte con los demás, a respetarlos, a comprenderlos, a amarlos y de ahí el valor del teatro.

EFC: El cierre de *Los miserables* dice "cuando amas a alguien ves la cara de Dios".

MG: ¡Claro!, así termina la obra y es absolutamente cierto. En la medida que puedes entregarte a otro, o sea, amar a otro ser, puedes experimentar a Dios. Ése es uno de mis lemas en la vida, lo digo muchas veces de manera más divertida, aquí a mis colaboradores cuando se ponen medio neuras les digo "hagamos teatro, no la guerra".

EFC: ¿Y el amor para Morris Gilbert?

MG: Fíjate que curiosamente en *Dulce caridad* se puede escuchar una de las frases más importantes de la obra: "Sin amor, la vida no tiene sentido". En la medida que dejas de sentir amor y enseñas a odiar, eres capaz de matar, de destruir, eres capaz de destrozar. Acabo de ver *Amor sin barreras* en Nueva York y precisamente ésa es la tesis. Cuando el personaje principal de María dice "hoy puedo matar porque me han enseñado a odiar", fíjate qué tan importante es enseñar a amar y no enseñar a odiar.

EFC: Hablemos de la gastronomía. ¿Eres de buen apetito?

MG: Sí, de muy buen apetito.

EFC: ¿Cómo hace un productor para comer si siempre está ocupado?

MG: Es una verdadera desgracia, fíjate que ayer me regañaba a mí mismo porque estaba en el ensayo de una puesta que vamos a estrenar... nos quedamos hasta las 12 de la noche, pero mientras transcurría el tiempo pensaba "quiero ir a cenar acá, quiero ir a cenar allá, voy a cenar acullá", terminé cenando en mi casa un pan tostado, y decía yo, "¿por qué me haces esto, Dios

"Si cocino un vaso con agua se **me quema. De adolescente,** cuando me independicé de la **familia viví solo; entonces sí** cocinaba, creo que más que **nada porque tenía tiempo,** pero después la vida te va llevando **por otros caminos y ya** no sé ni abrir una lata".

mío, por qué?". Me gusta mucho la buena comida, soy un *gourmet* definitivamente.

Fíjate que la forma de compensar es que me voy por lo menos una vez al año a un crucero que se llama Cristal Cruises que tiene la comida más exquisita del planeta y ahí sí me desquito diez u once días a bordo de mi maravilloso barco, disfrutando de los placeres culinarios.

EFC: ¿Eres delicado con el paladar?

MG: Sí, si la comida que voy a comer no está bien preparada no como. Prefiero morir de hambre que comer algo que no está bien preparado o que no está hecho con buenos ingredientes.

EFC: ¿Cuáles son tus platillos favoritos?

MG: Soy carnívoro por definición. La buena carne, bien preparada, bien cocinada, suave, eso me puede volver loco. Aunque como de todo, hay algunos alimentos que nunca he comido en mi vida, por ejemplo no como jamás plátanos, no tomo café, no sé, soy ideático, si algo no me inspira no me lo como.

EFC: En Nueva York, ¿qué restaurantes visitas, cuáles te gustan, vas a los restaurantes de actores?

MG: ¡Ay, no! Mis viajes a Nueva York son muy fugaces por lo que trato de ir a lugares sencillos. Hay un lugar muy famoso que se llama Joe Allen que es el restaurante favorito de todos los actores de teatro de Nueva York. Se van ahí después de la función a cenar, ahí voy seguido, porque voy con amigos del medio, aunque lo que me gusta de un lugar es la comida, no ir al ambiente ni a la socialización, si voy a cenar, voy a cenar.

EFC: Pero no puedes negar que tienes un lugar favorito.

MG: Tengo algunos lugares favoritos. Hay un restaurante de carne maravilloso que se llama Smith & Wollensky, está entre la calle 49 y la 3 y tiene varias sucursales en Estados Unidos. Además me encanta su anuncio que dice: "Si la carne fuera una religión, ésta sería su Catedral".

También me gusta mucho la comida tailandesa, un buen restaurante chino me encanta, o uno italiano. Le entro a todo, siempre y cuando sea comida bien preparada y con buenos ingredientes.

EFC: ¿Le entras a la cocina?

MG: No, para nada, si cocino un vaso con agua se me quema. De adolescente, cuando me independicé de la familia viví solo; entonces sí cocinaba, creo que más que nada porque tenía tiempo, pero después la vida te va llevando por otros caminos y ya no sé ni abrir una lata.

EFC: ¿Cuáles de las obras que has producido es tu favorita?

MG: ¡Híjole! Es muy difícil... Es que si no me gustara alguna obra no la haría. Pero creo que la respuesta obligada sería que la obra que más amo, es la que estoy haciendo, porque ésa es la que está viva. La que en este momento amo más es la de *Dulce caridad* indudablemente, y dentro de algunos meses voy a amar *Mama mía*, y hace poquito amaba *Los miserables*. Aunque claro, *Los miserables* tiene un lugar muy especial por todo lo que significa esa maravillosa historia de Víctor Hugo, y esa fantástica producción de Cameron Mackintosh, y esa música sensacional de Boublil y Schönberg, o sea hay 8 millones de razones para amar a *Los miserables*, pero eso no significa que ame menos a otros de mis proyectos.

EFC: Dicen que el teatro en Broadway es lo máximo. ¿Qué tan distante se encuentra el teatro mexicano?

MG: Mira, lo que pasa en Nueva York y en Londres es que son evidentemente potencias que tienen todos los recursos del mundo para producir musicales que cuestan muchísimo dinero.

"Cuando en Broadway veo que los teatros están llenos de mexicanos mirando producciones donde pagan 100, 125, 150 dólares por un boleto, y que no saben que en la puerta de su casa tienen un mejor teatro del que hay allá, me siento terrible".

Desarrollar un musical puede costar millones y millones de dólares. Empezando con que la gente que trabaja en ellos, estudia teatro musical en las universidades. Los actores, los músicos, los cantantes, los técnicos, tienen una preparación profesional impresionante porque tienen los recursos para darse esa preparación.

Sin embargo, se me llena la boca de felicidad al decirles el talento que tenemos en México dentro del teatro musical. ¡Ya lo quisieran tener por 5 minutos en otros lugares! Ni en Estados Unidos, ni en Inglaterra lo hay, tan es así que de nuestras filas han salido profesionales que triunfan en todo el mundo.

Natalia Sosa y Pía Aun, quienes protagonizan *Mentiras*, se han desarrollado enormemente. Lolita Cortés haciendo *Dulce caridad*, yo te aseguro que no hay cinco actrices de teatro musical en el mundo con las capacidades de Lola. Y desgraciadamente, y esto sí me da mucho dolor decirlo... estamos tan acostumbrados en México al malinchismo que siempre pensamos que todo lo que está del otro lado de la frontera es bueno y todo lo que está de este lado es malo, estamos muy acomplejados y ésa es una verdadera pena.

Cuando en Broadway veo que los teatros están llenos de mexicanos mirando producciones donde pagan 100, 125, 150 dólares por un boleto, y que no saben que aquí, en la puerta de su casa, tienen un mejor teatro del que hay allá, me siento terrible. Ya quisieran en muchos lugares del mundo tener el teatro que tenemos en México.

EFC: ¿Qué haces en tus ratos libres?

MG: Me gusta mucho leer, viajar; siempre que viajo encuentro las ideas por donde va a seguir mi vida, mi trayectoria. El otro día pensaba: "Necesito encontrar un libro que sea de tal o cual manera para convertirlo en una obra de teatro". Yo sabía exactamente lo que estaba buscando, esto lo dije la semana pasada en el avión a Nueva York, entonces encuentro el libro, lo leo y digo "aquí está lo que estoy buscando".

EFC: ¿Qué libro es?

MG: *My little red book, Mi pequeño libro rojo*, y me parece que es una idea genial y que claro, ahora está como una idea en germen en mi cabeza, la cual podría convertirse en una obra de teatro que puede ser indudablemente un éxito. ¿De qué crees que habla...? De la menstruación.

EFC: ¡De la menstruación!

MG: De la menstruación y lo que significa para las mujeres; son de esos temas que normalmente no se hablan, que hasta la gente se escandaliza, pero creo que es tan...

EFC: ¿Humano?

MG: Exacto, entonces por ahí hay alguna persona que tuvo la buena idea de escribir sobre anécdotas de la menstruación y de lo que les pasa a las mujeres, y me pareció un tema conmovedor. Vi el libro y lo compré, leí 3 ó 4 de las historias y dije "aquí está el siguiente proyecto". ¡Me encantó, me encantó!

EFC: ¿Te gustan los coches, las joyas, la ropa?

MG: Las joyas no, me parecen innecesarias. Me doy ciertos lujos, tal vez una buena pluma, pero más que nada la ropa, en la ropa sí soy exquisito hasta la pared de enfrente, aunque por otra parte... odio las corbatas.

EFC: ¿Eres espiritual?

MG: Creo que soy razonablemente espiritual. Ahora está tan de moda que de repente la gente enloquece y se vuelve fanática de una supuesta espiritualidad. Me asusta ver que tanta gente a mi alrededor se ha convertido en cosas muy raras. Creo en ser espiritual genuino, honesto, y no tomar la espiritualidad o la religión como una escapatoria, como una droga.

HOOKAH®
SANTA FE

ÁRABE FUSIÓN RESTAURANT & LOUNGE

- Primer lugar alternativo en Santa Fe
- Comida árabe fusión
- Eventos especiales

Lunes a sábado a partir de la 1:00 pm.

Av. Vasco de Quiroga 3880-4. Santa Fe, México DF.
Reservaciones: 5292 5562 · www.hookahlounge.com.mx

Del ganado al bocado

Porque no todas las vacas son blancas con manchas negras, ni vienen de Suiza, aquí le presentamos una breve guía de la carne de res disponible en México, sus tipos, orígenes y cortes.

Por Anaís Penagos

En nuestro país, la ganadería bovina representa una de las principales actividades del sector agropecuario tanto por la contribución que realiza a la oferta de productos alimenticios, como por su importante participación a la balanza comercial del país. Asimismo, su consumo es cada vez más popular y versátl.

Importadas de la Madre Patria

El inicio de la ganadería en México empezó con la importación de las primeras 50 cabezas de ganado en 1521, durante la conquista de la Nueva España. Desde entonces y hasta finales del siglo XIX, este ganado de origen español prevaleció como única raza existente, y fue reconocido como "criollo".

Posteriormente, en 1896 se realizaron las primeras importaciones de ganado especializado en la producción de carne, principalmente Hereford y Suizo Pardo; en 1923 se efectuó la primera importación de ganado cebuino, en 1925 arribó al país el ganado Angus y en 1929-1930 fueron importados los primeros Charolais.

Hoy en día en México, se producen anualmente 1,666,654 toneladas para las que se utiliza cerca del 53.7% de los 200 millones de hectáreas de tierra con que cuenta el país; estas están divididas en cuatro regiones productivas: Región Árida y Semiárida, Región Templada, Región Tropical Seca y Región Tropical Húmeda.

Razas productoras de carne en México

Gracias a la importanción de ganado bovino de otras partes del mundo, ahora en prácticamente todos los estados del país, existen diferentes variedades de características únicas.

Angus: Es originario de Inglaterra y ha sido una de las razas más populares por la excelente calidad de su carne.

Beefmaster: A diferencia de otras razas que se desarrollan en granjas chicas, ésta se cría en grandes extensiones de terreno semidesértico. Es un animal de tamaño mediano de excelente conformación cárnica.

Charolais: De origen francés; mediante procesos de selección se desarrolló un animal de color blanco, con cuernos y cuerpo alargado, que se usa tanto para la producción de carne, como de leche.

Hereford: Son una raza antigua del este de Inglaterra que genera carne de muy buena calidad. Son de tamaño medio, su cuerpo es de color marrón y la cabeza, cuello y abdomen son de color blanco.

Limousin: Se originó en la región media de Francia en el pueblo de Limoges. Es un ganado de mediano a grande, de un color amarillo a dorado rojizo con círculos más claros alrededor de ojos y boca. De este animal se pueden obtener altas producciones tanto de leche como de carne.

Simmental: Son animales de tamaño medio a grande, con huesos fuertes y gran musculatura. Se utilizan tanto para la producción de leche como de carne.

Antes de la conquista, no había ganado vacuno en México. Fue hasta el siglo XVI, en 1521 que se importaron 50 reses españolas.

ZONAS CLIMATOLÓGICAS

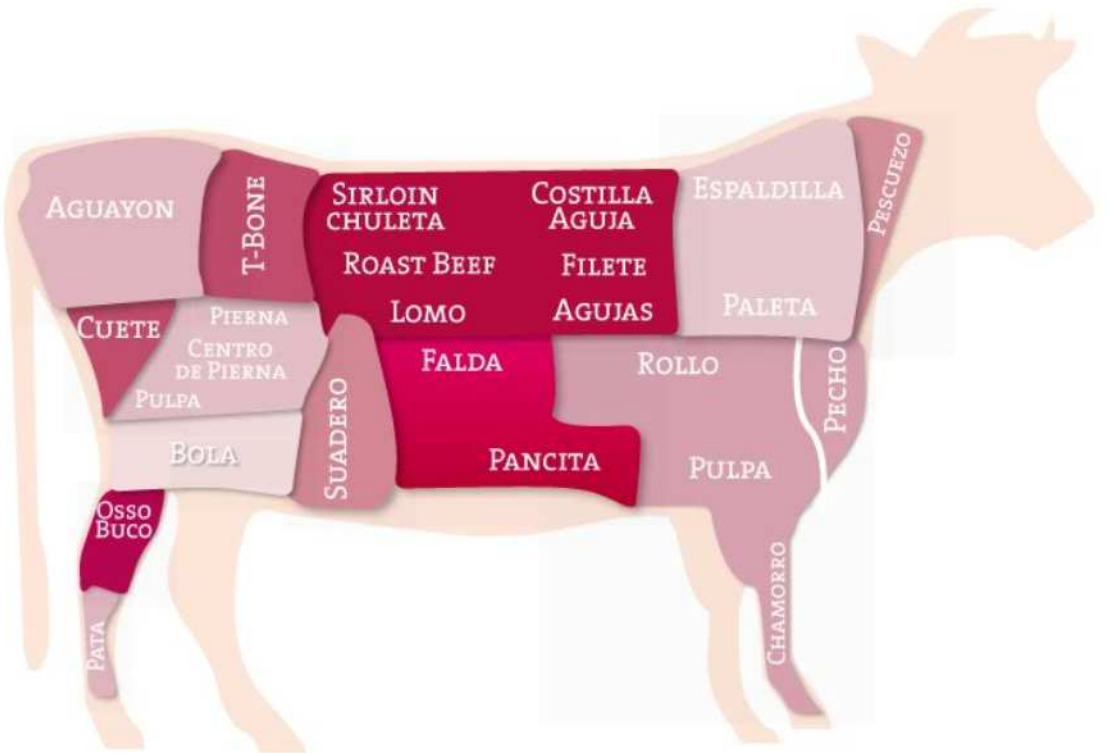
-REGIÓN ÁRIDA Y SEMIÁRIDA: Baja California Norte y Sur, Sonora, Chihuahua, Coahuila, Nuevo León, Durango y Zacatecas. Predomina el ganado Angus, Charolais y Hereford, en cruzamientos con cebuinos, Beefmaster y Brangus como genotipos estabilizadores.

-REGIÓN TEMPLADA: Aguascalientes, Guanajuato, Hidalgo, parte de Jalisco, el Distrito Federal, el Estado de México, Michoacán, Querétaro, Puebla, Tlaxcala y Morelos. Aquí predominan los animales criollos cruzados con cebuinos y razas europeas, de las cuales sobresalen el Suizo Pardo, Angus y Beefmaster.

-REGIÓN TROPICAL SECA: Sinaloa, Nayarit, parte de Jalisco, Colima, Michoacán, Guerrero, Oaxaca, el sur de Tamaulipas y la Huasteca Potosina. La calidad genética es dominada por animales cebuinos cruzados con Suizo Pardo, Simmental y Holstein.

-REGIÓN TROPICAL HÚMEDA: Encuadra los estados de Campeche, Quintana Roo, Tabasco, Veracruz, Yucatán y Chiapas; el ganado aquí es cebuino cruzado con Suizo Pardo, Holstein, Charolais y Simmental.

Los principales estados productores de ganado vacuno en México son Veracruz, Jalisco, Sonora y Chihuahua en ese orden.



CORTES MEXICANOS

¼ CORTO	LOMO CORTO	PIÑA	PRIME RIB	COSTILLAR	FALDA
Pescuezo	Sirloin	Pulpa larga	Rib eye	Suadero	Fajita
Aguja Norteña	Roast beef	Pulpa bola	Costilla	Flecha	Aldilla
Espaldilla	Top Sirloin	Pulpa negra	Punta de lomo	Costilla Corta	Falda
Costilla Cargada	T-Bone	Chambarete	Falda de Rib	Costilla Aguja	Diezmillo
Pecho	Filete	Aguayón	Prime Rib	Arrachera	Pancita
Paleta	New York	Cuete			
Rollo	Chuleta	Pata			
Pulpa	Agujas				
Chamorro					

UNASENTRANOTRASSALEN

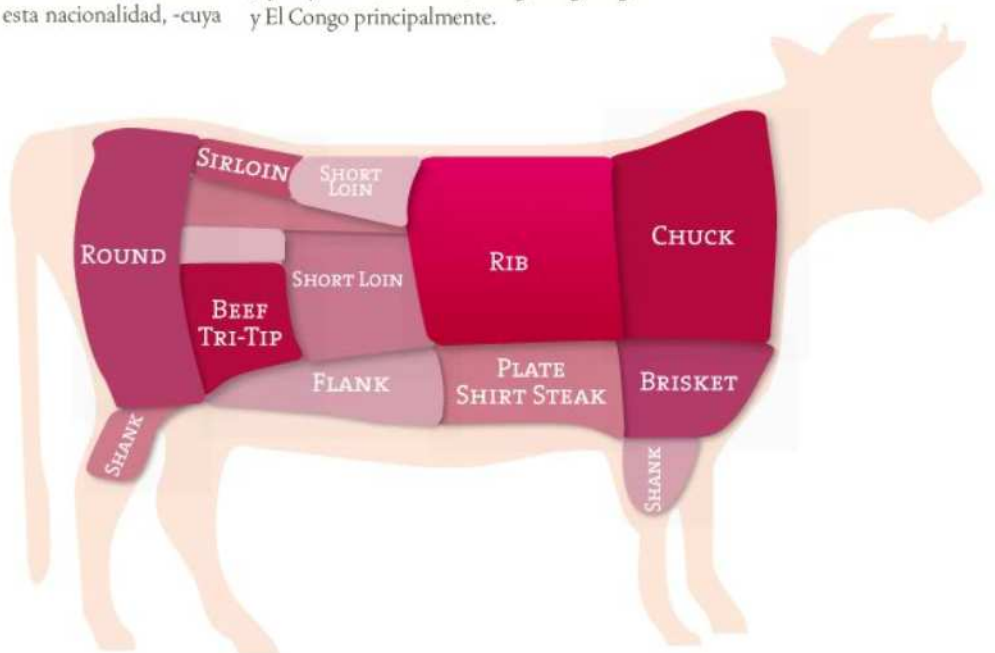
La carne importada de res en México, gracias al TLCAN, viene principalmente de Estados Unidos y en segundo lugar de Canadá. Los cortes americanos más populares y más fáciles de conseguir en nuestro país son el T-Bone, New York, Sirloin y el que se está poniendo de moda por su gran tamaño, el Porterhouse.

No se vaya con la finta, ya que los cortes argentinos que podemos encontrar en los supermercados locales o hasta en los restaurantes que ostentan esta nacionalidad, -cuya demanda ha crecido considerablemente en los últimos años-, también provienen en su mayoría de nuestro vecino del norte.

El principal rubro de las exportaciones mexicanas de bovinos sigue siendo la de animales jóvenes para su finalización principalmente en los estados fronterizos de Estados Unidos; el otro rubro importante en los últimos años es la exportación de carne fresca, refrigerada o congelada a países asiáticos como Japón y Corea, Vietnam, Hong Kong, Angola y El Congo principalmente.

PAÍSES CARNÍVOROS

ARGENTINA 63 kg
ESTADOS UNIDOS 45 kg
AUSTRALIA 34 kg
MÉXICO 19 kg
CONSUMO PERCAPITA ANUAL



CORTES AMERICANOS

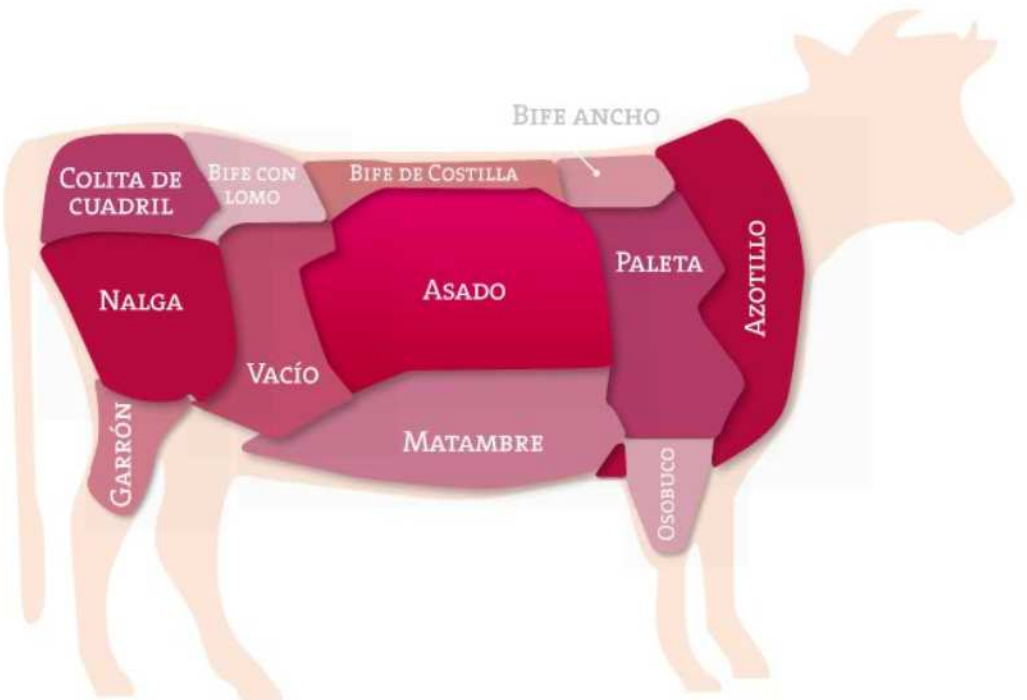
CHUCK	SIRLOIN	BRISKET	ROUND	SHORT LOIN
Check Eye Roast	Top Sirloin Steak	Shole Brisket	Round Steak	Top Loin Steak
Boneless Top Blade Steak	Sirloin Steak	Pinit Half	Top Round Roast	Boneless T Bone Steak
Boneless Arm Pot Roast	Tenderloin Roast / Steak	Corned Brisket	Top Round Steak	Porterhouse Steak
Shoulder Pot Roast	Beef Tri-Tip	Flat Half	Bottom Round Roast	Tenderloin Roast Steak
Boneless Mock Tender Roast	**RIB**	**SHANK**	Tip Roast Cap Off	**PLATE**
Blade Roast	Rib Roast Large end	Shank Cross Cut	Eye Round Roast	Shirt Steak
Under Blade Pot Roast	Rib Roast Small end	**FLANK**	Tip Steak	
T Bone Pot Roast	Rib Steak Small end	Flank Steak	Boneless Rump Roast	
Short Ribs	Rib eye Steak	Flank Steak Rolls		
Flanlken Style Ribs	Rib eye Roast			
Cross Rib Pot Roast	Back Ribs			

TODOSPIDENMÁS

La producción mundial de carne de res según el INEGI ha fluctuado alrededor de los 47 y 52 millones de toneladas en lo que va de esta década. el primer lugar lo tiene Estados Unidos, el segundo Brasil y en tercero la Unión Europea. México ocupó el séptimo lugar en la producción de carne de bovino a nivel mundial en 2008, posicionándose además como el tercer productor latinoamericano, después de Brasil y Argentina.

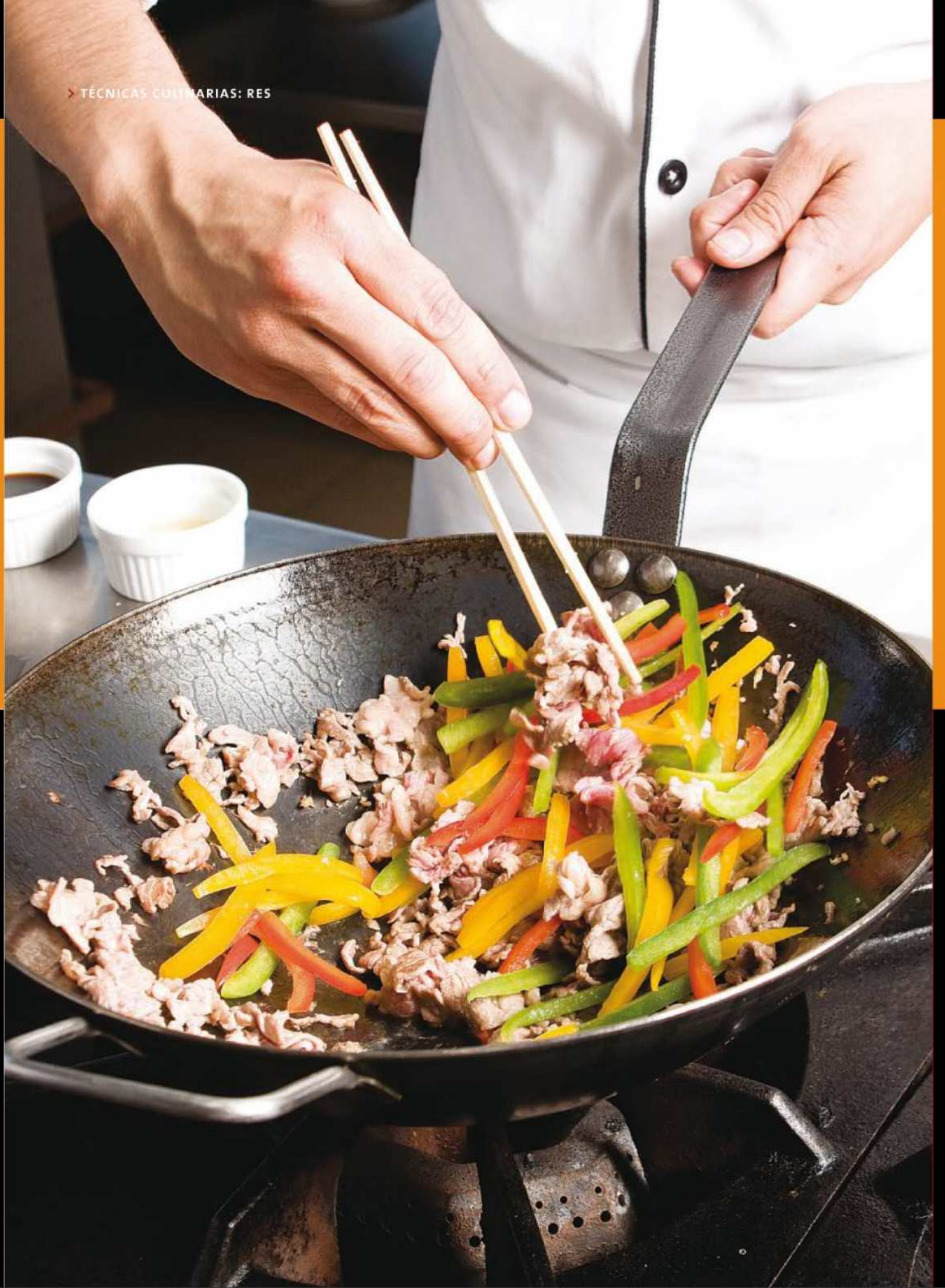
Referencias:

- Oxford Companion to Food, Alan Davidson [Oxford University Press: Oxford] 1999 (p. 145).
- Informe del INEGI: Situación Actual y perspectiva de la producción de carne de bovino en México, 2006.
- ASERCA, 1995a. El Ganado Vacuno en México. Claridades Agropecuarias de Apoyos y Servicios a la Comercialización Agropecuaria. Secretaría de Agricultura, Ganadería y Desarrollo Rural. Revista de Publicación Mensual. Número 23. Pág. 4-27. México.
- Consejo Nacional de la Carne (COMECARNE).



CORTES ARGENTINOS

PECHO A TRES COSTILLAS CON FALDA	R&LA DIEZ COSTILLAS	COSTILLAR	RUEDA
Paleta	Lomo	Entraña	Nalga
Palomita	Bife de vacío	Asado	Colita de cuadril
Azotillo	Bife ancho	Vacío	Bola de lomo
Osobuco	Bife de Costilla	Matambre	Garrón
Falda	Bife con lomo		
Tapa de asado	Cuadril		
	Tapa de cuadril		



Virtudes carnívoras

Elegir y cocinar un buen corte vacuno puede resultar sencillo si conocemos todos los detalles que rodean al culto cárnico. Aquí un breve tratado que resolverá sus dudas en lo que a pecados de la carne de res se refiere.

Por Omar Sandoval
y Mariano Sandoval

De la vista al amor

Al encontrarse frente a un prospecto (o sea un buen corte de res), sea exigente en cuanto a su color, aroma, textura y distribución de la grasa. Rojo púrpura o rojo vivo es la tonalidad ganadora, aléjese si se presenta un color pardo o verdoso; si la carne está acompañada de huesos, éstos deben lucir un tono rosado. Su aroma debe ser fresco y característico, deséchelo si es rancio o desagradable.

Para aprobar con éxito este apartado aplique el siguiente examen: presione la superficie con el dedo, si la carne regresa a su forma original no la deje ir. En este ámbito la grasa se convierte en un acierto pues entre mayor sea su presencia a manera de vetas blancas en el corte de carne, cualidad conocida como marmoleo, superior será su jugosidad, suavidad y sabor. Por ello, se advierte que si su objeto de deseo es un corte de inolvidable sabor no se ilusione con aquellos pedazos sin grasa, llamada carne magra, pues carecen de tal característica fundamental para su instinto carnívoro.

¡Cuidado, mucho cuidado! Demande altos estándares de calidad e higiene desde el origen de sus carnes hasta el empaque. Por ello, si se trata de carne nacional puede estar tranquilo si cuenta con el sello Tipo Inspección Federal (TIF). En carnes importadas busque certificaciones similares.

El chef Omar Sandoval nos muestra la limpieza de un filete de res.

El duelo

Se sugiere disfrutar de la carne del vacuno en dos momentos. El primero de ellos, inmediatamente después de su sacrificio o, el segundo, pocos días después bajo una estricta refrigeración. En caso de no disfrutar del cárnico en las horas siguientes al deceso, habrá que vivir un "duelo culinario". Lo anterior, debido al endurecimiento y pérdida de elasticidad que sufre la carne derivados del proceso químico, *rigor mortis*, que acontece dentro de las 6 a 24 horas siguientes a la defunción. En caso de no respetar dicho duelo, usted será la presa de la res ante la dureza de sus tejidos. Por ello, el duelo consiste en mantener la carne a bajas temperaturas por arriba del punto de congelación (-18°C) durante 2 ó 3 días. Transcurrido el *rigor mortis* se altera favorablemente la estructura de la carne permitiendo su maduración, a partir del cual su ingesta es ideal.

Al encontrarse frente a un buen corte de res sea exigente en cuanto a su color, aroma, textura y distribución de la grasa. Si la carne está acompañada de huesos, éstos deben lucir con tono rosado.

Almacenamiento y conservación

Con los cortes ganadores a su lado, hospédelos por 3 ó 4 días en la sección más fría del refrigerador, manteniéndolos a una temperatura que no sobrepase los 2°C. No se agobie si las fiestas se retrasan, podrá congelar la carne de 12 a 14 meses a una temperatura mínima de -18°C. No olvide en cualquier caso mantenerlas debidamente empaquetadas.

Descarte a los candidatos que durante este proceso evidencien un sospechoso olor amargo, decoloración, viscosidad o moho.

Purificar lo profano

Para efectos de la limpieza de la parte de la res conocida como caña, se distinguen tres partes: una cuerda gruesa, una cuerda delgada y una capa de grasa llamada espejo. Hágase de un cuchillo filetero y retire ese espejo incómodo. El arma que se maneje, debe ser estrecha para no quitar carne al deshacernos de esa parte indeseable. De la caña se obtiene diferentes piezas como: *chateaubriand, tournedós,* medallones *y mignon*.

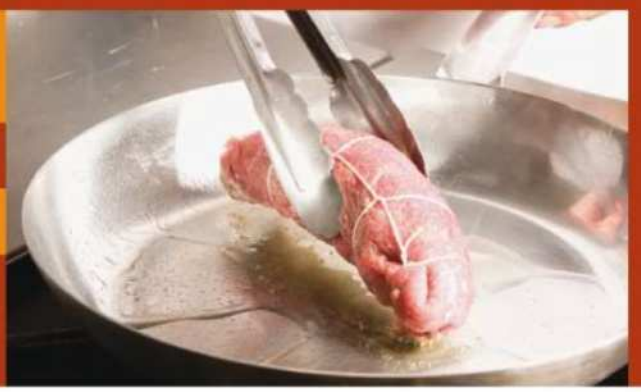
Sin embargo, nunca enjuague la carne antes del rito ante el fuego, pues podría despedirse de sus propiedades benéficas. Los habitantes indeseables desaparecerán por la acción del calor.

Rituales de cocción

Las características de la pieza del animal determinarán el método de cocción aplicable para su mejor aprovechamiento. A continuación, se mencionan los rituales a los que habrá de someterla y sus particularidades:

Asado (acción del calor seco producido por horno)

Generalmente, si el filete se encuentra entero su destino final es el horno. Meche o engrase la carne para un mejor sabor.



Para limpiar un filete hay que quitar partes fibrosas no deseadas y grasa.// La cuerda y el espejo son partes fibrosas que no deseamos en nuestro filete.// La carne rellena es importante atarla para que no pierda su forma y sellarla para que no pierda sus jugos.// Es importante voltear sólo una vez la carne para marcarla y que no pierda jugos.

Consejos de siempre

Si sospecha que la carne no se encuentra muy tierna, unas horas antes de cocinarla emborráchela con un poco de *brandy*.

Al marinar los cortes brindará sabores distintos e intensificará otros. Utilice aceites, vinos, vinagres, hierbas aromáticas, especias, jugos de frutas, ajo y cebolla entre otros. ¡Juegue con las combinaciones!

No es necesario ahogar la carne al marinarla, basta con una cantidad pequeña de la preparación. El secreto está en darle vueltas con frecuencia.

Para lograr términos de cocción perfectos en los cortes, en su *kit* gastronómico no debe faltar un termómetro para carnes.

Posteriormente, ya en el horno habrá que rociar y voltear la pieza con frecuencia para evitar que se reseque y reciba el calor de forma homogénea. Salpimentar sólo al final de la cocción debido a que la sal reseca la carne y la pimienta se torna amarga con el calor. Importante: evite catarsis personales picando salvajemente la carne, pues perderá sus valiosos jugos.

Asado a las brasas (parrilla)

Piezas como *chateaubriand* (parte más ancha del filete), *t-bone* (con hueso extraído del lomo), *rib eye* (costillar con hueso

redondo), lomo o incluso las costillas idealmente ocuparán la parrilla. Para lograr un atractivo mapa en sus cortes, colóquelos una vez que el *grill* se encuentre bien caliente y barnizado con grasa marcando las primeras líneas, gire a 90° dibujando rombos, repita el proceso del otro lado de la pieza. En otro sentido, para evitar que desaparezcan los jugos contenidos en las piezas grandes, selle un lado, espere a que brote un poco de líquido para dar vuelta a la pieza. Luego, disminuya el calor y dé vuelta hasta que se haya terminado la cocción.

Fórmula indiscutible: el tiempo de cocción será igual a la intensidad del calor entre el tamaño de la pieza. Papas fritas, verduras salteadas, sopas secas, salsas y ensaladas son acompañantes perfectos para este manjar.

Hervir (líquido en estado de ebullición)

El alimento suspendido en agua va formando una costra en la superficie que nos deja entrever el grado de cocción. Se aconseja introducir parte de la carne y huesos en agua fría, al llegar a ebullición se agrega el resto de los ingredientes obteniendo carnes bien cocidas y un buen caldo.

Nunca enjuague la carne antes del rito ante el fuego, pues podría **despedirse de sus propiedades** benéficas.

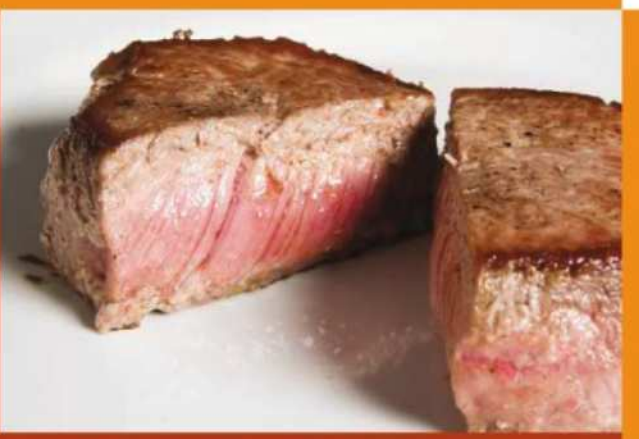
Brasear

Ideal para todo tipo de corte aunque preferentemente para los menos tiernos como chambarete, cuete y partes de la pierna pues su larga estancia en la cacerola ablandará los tejidos más reacios. Primero, selle las carnes a fuego bajo, si se pasa de cocción la carne se endurecerá. Posteriormente, cocine con líquido (caldo o agua) en un recipiente tapado. Importante: humedad abundante para evitar resecar la carne.

Estofado

Este método guarda cierta familiaridad con el anterior, no obstante el tamaño de las piezas del animal marca la diferencia. Así es, en el estofado se porcionan en trozos y en el braseado se aprovechan enteras. Si los invitados se adelantaron elija esta cocción, pues las porciones pequeñas exigen menor tiempo del fuego.

PARA ESTOFADOS COMO EL MOLE DE OLLA ES IMPORTANTE DEJAR REDUCIR EL CALDO CON LOS INGREDIENTES PARA POTENCIAR LOS SABORES.// ENHARINAR LA CARNE LLIGERAMENTE, NOS AYUDA A OBTENER SALSAS MÁS ESPESAS.



PARA OBTENER EL TÉRMINO DESEADO, ES IMPORTANTE VIGILAR LA TEMPERATURA DE COCCIÓN.// LAS CARNES SE PUEDEN RELLENAR CON VEGETALES, QUESOS, EMBUTIDOS Y OTROS ELEMENTOS QUE SE LE OCURRAN. ES IMPORTANTE USAR SU IMAGINACIÓN.

TIPOS DE COCCIÓN	PISTAS PARA LOGRARLOS
Rojo inglés	• Corte sellado por ambos lados a fuego alto • Capa externa bien cocida, el centro crudo e inclusive frío • Alcanza hasta 55°C
Medio rojo	• Capa externa sellada dejando el centro de color rojo casi crudo • Color café claro en las orillas y rojo al centro • Temperatura de 60°C en el interior
Medio	• Término ideal ya que el corte no pierde jugosidad • Sellado o marcado dejando el centro rojo, más pequeño que el término anterior • Alcanza una temperatura de 63°C
Tres cuartos	• Pérdida de jugosidad y de sabor • Centro del corte color café claro con las orillas perfectamente cocidas • Alcanza una temperatura de 71°C
Bien cocida	• Término menos recomendado pues pierde hasta un 70% de jugosidad • Todo el corte toma un color café-gris • Alcanza más de los 77° de temperatura

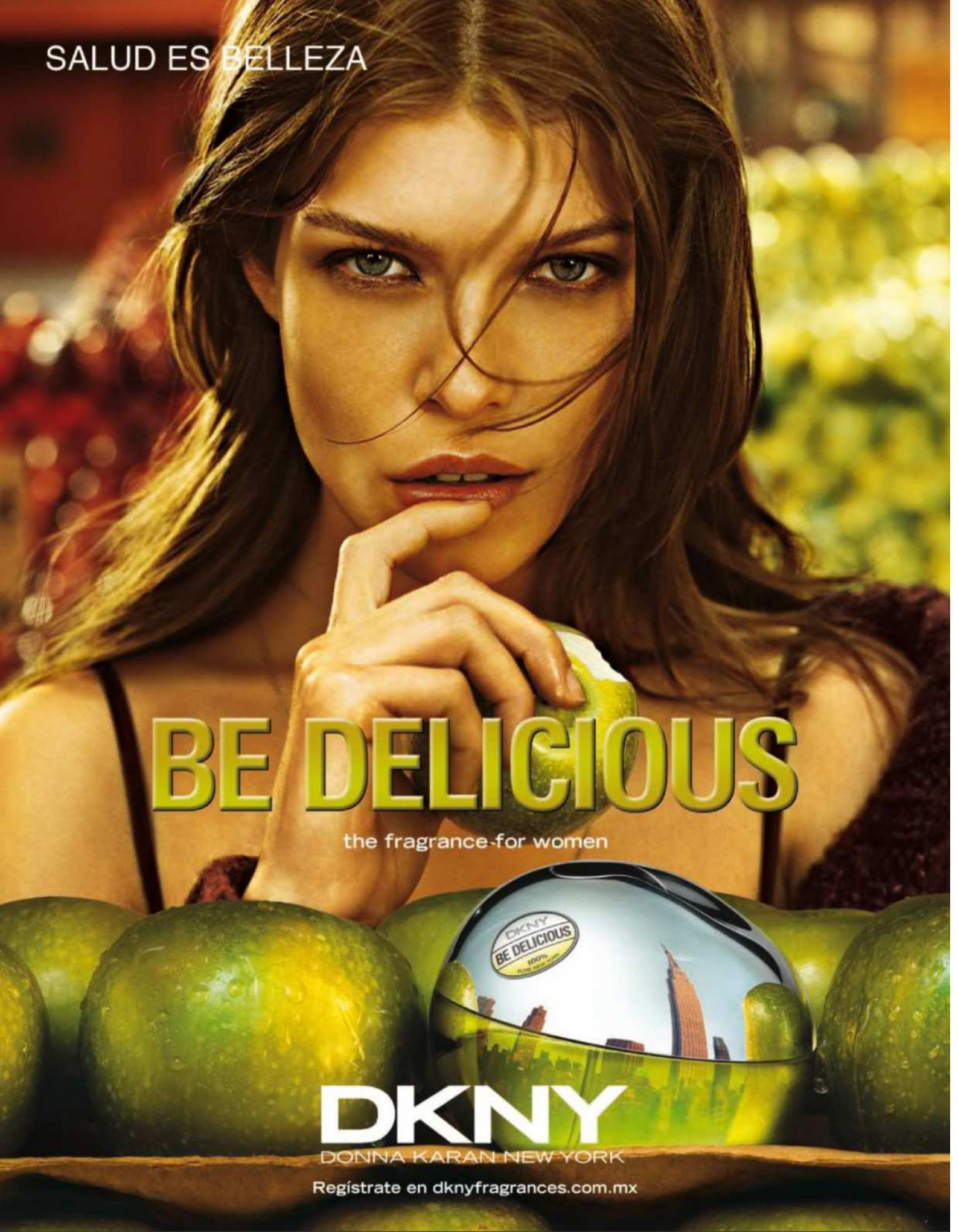
Freír (cocción en cuerpo graso)

En este caso, los *tournedós* (provenientes del solomillo) con gusto se darán ante el tipo de grasa que escoja. Preste especial atención en la textura de las carnes empanizadas, como es el caso de las milanesas, pues tendrá que ser doble: crujiente en el exterior y suave en la carne para resguardar los jugos.

Saltear (sobre fuego alto sin tapar en pequeña cantidad de grasa)

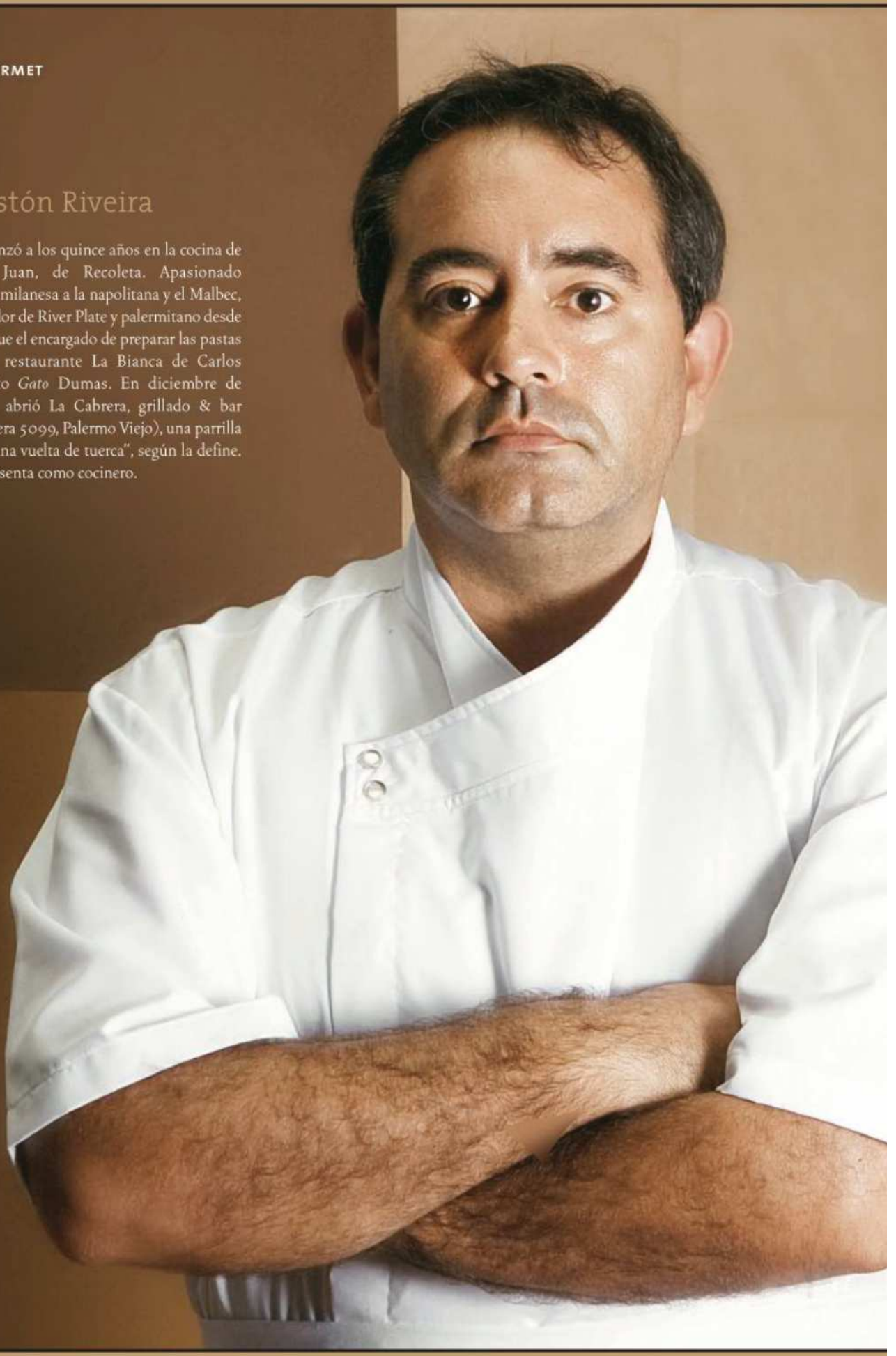
¡Despierte! Remueva vigorosamente la carne para lograr una cocción rápida y más pareja. Es el escenario perfecto para medallones o filetes *mignon*.

Finalmente, en la cocina usted es el director de la obra, todos bailan al ritmo que dicte. Por ello, citando a José Manuel Fajardo, lo más hermoso de cocinar es conseguir llenar los estómagos con imaginación. ¡Déjese llevar! ■


BE DELICIOUS
the fragrance for women
DKNY
BE DELICIOUS
DKNY
DONNA KARAN NEW YORK
Regístrate en dknyfragrances.com.mx

Gastón Riveira

Comenzó a los quince años en la cocina de Don Juan, de Recoleta. Apasionado por la milanesa a la napolitana y el Malbec, seguidor de River Plate y palermitano desde cero, fue el encargado de preparar las pastas en el restaurante La Bianca de Carlos Alberto *Gato* Dumas. En diciembre de 2002 abrió La Cabrera, grillado & bar (Cabrera 5099, Palermo Viejo), una parrilla "con una vuelta de tuerca", según la define. Se presenta como cocinero.



rebelión en las brasas

Conocido por ir siempre más allá del simple asado a la parrilla, el fundador de La Cabrera nos brinda las claves de un menú con carnes braseadas y guarniciones ingeniosas.

Fotos de Eduardo Torres
Producción de Rodrigo Gonzalez Garrillo

ENTRADA
queso brie grillado sobre colchón de tomates secos y espárragos

PLATO PRINCIPAL
T-Bone con ajos confitados y champiñones

POSTRE
tarta streusel de manzanas

ENTRADA
mollejas Portobello con revuelto de *zucchini*

PLATO PRINCIPAL
bife de chorizo Dry-Age con cebollitas al vino blanco

POSTRE
Pavlova de frutos rojos y mascarpone

He aquí una "provoleta" **refinada y rococó,** muy **posmoderna:** grillada en la parrilla, descansa en una cama de **tomates** y espárragos.

queso brie grillado sobre colchón de tomates secos y espárragos

INGREDIENTES

2 quesos brie individuales
1/2 atado de espárragos
8 tomates secos en mitades
• Aceite de oliva c/n
• Sal y especias, al gusto

PROCEDIMIENTO

Hierva los espárragos y utilice solamente las puntas. Reserve. En una provoletera, saltee las puntas de los espárragos y las ocho mitades de tomates secos condimentados al gusto. Para la provoleta, grille el queso brie de un sólo lado en una parrilla con fuego bien alto.

PRESENTACIÓN

Acomode el colchón de tomates y espárragos en la provoletera, en la sartén o en un recipiente similar. Sobre el colchón, coloque la provoleta de brie del lado grillado hacia arriba, decore con tomate y espárrago, rectifique la sazón y sirva. Puede llevar nuevamente a la parrilla si la temperatura así lo requiere.

(Para 2)

mollejas Portobello con revuelto de *zucchini*

INGREDIENTES

1 k de mollejas
1 botella de vino blanco espumante
6 hongos Portobello
4 hojas de laurel
3 *calabacitas*
1 cebolla
1 tomate
• Aceite c/n
• Hojas de endivia c/n

PROCEDIMIENTO

Coloque el vino espumante en una cacerola con fuego moderado hasta que hierva. Para blanquear las mollejas, sumérjalas en el vino hirviendo durante 1 minuto, y no más. Retírelas y colóquelas sobre la parrilla durante aproximadamente 30 minutos para terminar la cocción. Para el revuelto de *zucchini*, tomate y cebolla, corte las verduras, salpimente y saltee en aceite. Reserve.

PRESENTACIÓN

Inserte en la *brochette* un hongo Portobello, una hoja de laurel y una molleja, y así sucesivamente. Salpimiente y continúe la cocción en la parrilla. Sirva sobre hojas de endivia. Acompañe con la guarnición de calabacitas.

(Para 2)

T-Bone con ajos confitados y champiñones

INGREDIENTES

900 g de T-Bone
3 cabezas de ajo
1 taza de miel
1 taza de vino blanco
1/2 k de champiñones
• Vinagre balsámico c/n
• Aceite de oliva c/n

PROCEDIMIENTO

Pele los dientes de un ajo. Dispóngalos sobre un recipiente con media taza de vino blanco y media de miel, y hornée mínimo durante 1 hora.

A las dos cabezas de ajo restantes córteles la parte superior y colóquelas en un recipiente con una cucharada de vinagre balsámico, media taza de miel y media taza de vino blanco. Tape con papel film y cocine en microondas durante 4 minutos.

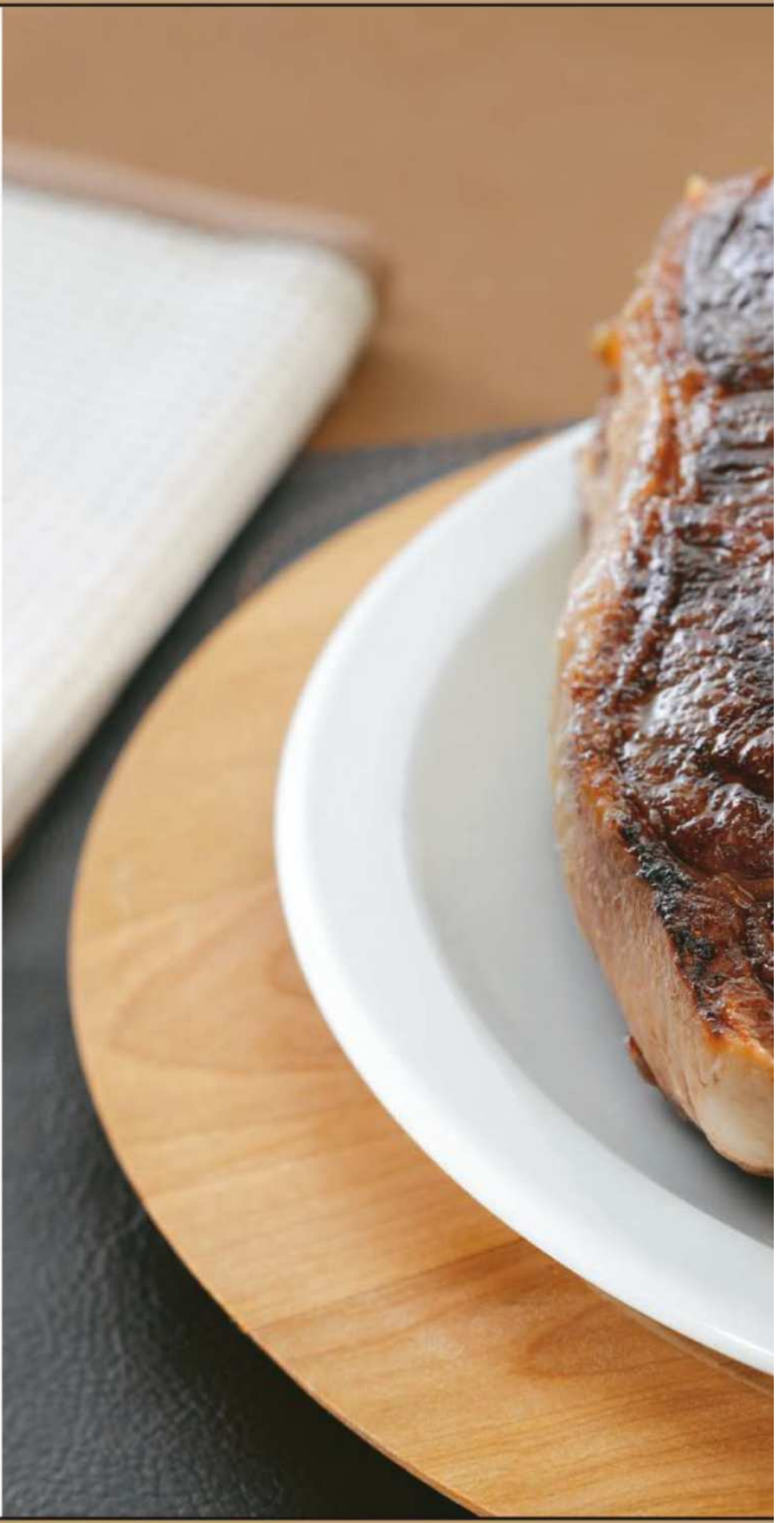
Una vez terminados los ajos, coloque el T-Bone sobre la parrilla y cocínelo por 14 minutos de cada lado a fuego moderado, si le gusta jugoso. Rectifique el tiempo de cocción si lo prefiere a punto.

Para la guarnición de champiñones: límpielos con un trapito y cocínelos en vinagre balsámico. Luego, déjelos marinado en aceite de oliva.

PRESENTACIÓN

Retire del fuego el T-Bone. Salpimiente los dientes de ajo confitados y las dos cabezas cocidas en vinagre balsámico. Acompañe con los champiñones. Decore al gusto.

(Para 2)



"La maduración del bife Dry-Age varía según **quién realice el proceso.** Como sea, la mejora **en la terneza y el sabor** final es superlativa".

bife de chorizo Dry-Age con cebollitas al vino blanco

INGREDIENTES

2 bifes de chorizo de 450 g
1 **frasco** de cebollitas en vinagre
1 **taza** de azúcar
1 **taza** de vino blanco
• Sal y pimienta

PROCEDIMIENTO

Para lograr un bife de chorizo Dry-Age, es necesario madurarlo en una cámara durante un tiempo a baja temperatura y alta humedad. En este caso, el bife se deja con el hueso en una cámara por 12 días a 2 grados de temperatura y 85% de humedad. Una vez deshuesado y dispuesto en la parrilla, cocine según el punto de cocción que prefiera.

Para las cebollitas en vino blanco

Escurra el vinagre de las cebollitas y sumérjalas en agua bien caliente durante 3 minutos para quitar la saturación de sabor avinagrado. Una vez coladas, colóquelas en un recipiente con una taza de azúcar y otra de vino blanco. Tape el recipiente con papel aluminio y hornée a temperatura alta durante 10 minutos.

PRESENTACIÓN

Retire el bife de la parrilla cuando alcance el punto de cocción preferido, entre 30 y 60 minutos sobre el fuego, según su intensidad. Sirva junto a las cebollitas. **(Para 2)**

tarta *streusel* de manzanas

INGREDIENTES

Para el relleno de manzanas:

1 k de manzanas verdes
150 g de azúcar
100 ml de agua
100 g de mermelada de chabacanos
50 g de mantequilla
• Canela en rama c/n
• Cáscara de limón c/n

Para el streusel

200 g de mantequilla
300 g de harina
200 g de azúcar
• Canela molida c/n

Para la masa sablée

500 g de harina
300 g de mantequilla
225 g de azúcar
90 g de yema de huevo
5 g de sal fina
• Ralladura de limón c/n
• Esencia de vainilla c/n

PROCEDIMIENTO

Para el relleno de manzanas

Pele y corte las manzanas en gajos. Agregue el azúcar, la cáscara de limón, la canela, el agua, la manteca y la mermelada. Cocine hasta tiernizar las manzanas. Enfríe y cuele.

Para el streusel

Mezcle todos los ingredientes con las manos hasta obtener un granulado. Reserve en la heladera.

Para la masa sablée

Bata la mantequilla junto con el azúcar, la esencia de vainilla y la ralladura de limón a blanco. Agregue las yemas de huevo. Emulsione. Incorpore la harina y la sal tamizadas. Tome la masa y refrigere durante 1 hora en refrigeración cubierta con vita. Forre un recipiente de tarta de 24 cm de diámetro.

ARMADO

Sobre la base de masa *sablée* coloque el relleno frío y cubra con el *streusel*. Espolvoree con azúcar glass. Hornée a 170° C entre 30 y 40 minutos.

"El queso se entiende muy bien con los frutos rojos, cuya acidez limpia el paladar. El merengue aporta la parte crocante del postre".

Pavlova de frutos rojos y mascarpone

INGREDIENTES

Para el merengue francés

100 g de claras de huevo
100 g de azúcar
100 g de azúcar glass

Para la salsa de frutos rojos

120 g de frambuesas
100 g de fresas
50 g de moras
120 g de azúcar
25 g de glucosa

Para el helado de mascarpone

200 g de helado de mascarpone
- Chocolate amargo c/n
- Fresas c/n

PROCEDIMIENTO

Para el merengue francés

Bata las claras con el azúcar común hasta que quede con picos firmes, pero flexibles. Integre el azúcar glass en forma de lluvia con movimientos envolventes. Dé forma con manga y pico sobre un placa con papel encerado de base y hornée a 100° C hasta que esté totalmente seco.

Para la salsa de frutos rojos

Mezcle los frutos en cacerola junto con el azúcar y la glucosa. Lleve al fuego y deje que rompa hervor. Retire. Procese una vez frío y tamice. Reserve en refrigeración.

ARMADO Y PRESENTACIÓN

Coloque una base de merengue, disponga el helado de mascarpone y luego, las fresas, y cubra con una tapa de merengue. Agregue otra capa de helado y fresas para decorar. Corone con tapa de merengue y decore con rulos de chocolate y salsa de frutos rojos.

(Para 2)

espacio

LAS NOVEDADES Y TENDENCIAS EN UN MISMO ESPACIO

25-28 AGOSTO 2009

CENTRO BANAMEX
HIPÓDROMO DE LAS AMÉRICAS

decora
galería

detalle
galería

reflejo
galería

diseño
galería

tradición
galería

grupo Salpro®

Reynosa 15, Col. H. Condesa, C.P. 06100, México, D.F.
Tel: (55) 52.76.63.80 fax (55) 52.73.14.56

www.espaciosalpro.com

EL EVENTO QUE REÚNE A EL SECTOR DEL REGALO Y LA DECORACIÓN

A la sazón de la carne

Aromas, texturas y sabores que se impregnan, que potencializan y le dan una nueva versión a las carnes rojas. El chef de Keparrila y experto en carnes, Azari Cuenca, comparte con nosotros sus 5 marinadas favoritas.

Por Angélica Hernández

Al acto de impregnar la carne en un líquido aromático durante un tiempo determinado (desde minutos, horas y hasta semanas) con el fin de que sea más suave y adquiera ciertos aromas y sabores se le denomina marinar. Por su parte, a la acción de sumergir en algún líquido durante cierto tiempo algún producto que pueden ser carnes, frutas o verduras, se le conoce como macerar. Suelen emplearse líquidos y/o aceites, así como algunos elementos ácidos, especias aromáticas, lácteos y semillas.

Para entender un poco más de lo que es el marinado de la carne, es importante decir que éste nació como una necesidad a raíz de las guerras y de la falta de refrigeración. En esos tiempos los alimentos se transportaban durante muchos días a través de largas distancias por lo que se deterioraban rápidamente y había que ocultarlo. Al momento de cocinar una carne magra era tan difícil mantener una buena conservación, temperatura, aroma y sabor, que se optaba por salar, secar o marinar.

En México esta técnica se ha perfeccionado con el paso de los años. Hoy en día se utiliza para aportar a la carne sabor, aroma, textura y color. Ya sea picante, exótico, agridulce o dulce, existe una marinada diferente para cada gusto y momento.

El proceso de marinar comienza con poner la carne en un recipiente, preferentemente de acero inoxidable, vidrio o en bolsas plásticas que se cierran herméticamente. Se le añade el ingrediente oleoso o líquido; si se trata de aceite, Azari recomienda poner la sal inmediatamente para que éste tenga tiempo de disolverlo. Posteriormente se le agregan los demás ingredientes y se remueven hasta tener una mezcla uniforme con la carne. En el caso de las carnes rojas se sugiere dejarlas marinar durante un periodo de tiempo (mínimo 30 minutos), sabiendo de antemano que mientras más tiempo dure el proceso, mejor será el sabor final.

"El secreto de la marinada es poder resaltar el sabor de la materia prima y de los ingredientes a los cuales quieres llegar. Es el sólo gusto de aportarle a la carne un ingrediente nuevo, un nuevo sabor", dijo Azari. Se puede marinar con cualquier ingrediente. El único requisito es tener siempre un agente líquido (acuoso u oleoso), para que pueda envolver a la materia prima que se use. Los elementos sólidos pueden ser muchos y variados. "El secreto para hacer una buena marinada es ser libre, arriesgarse a utilizar cualquier elemento. No hay una regla, lo que sí hay es el orden de los integrantes que forman la marinada como tal", agregó.

Estas marinadas dan un toque diferente a carnes delgadas y pueden usarse en pollo o pescado.

Específicamente en la carne roja encontramos sabores fuertes y excitantes, aun cuando podemos marinarla con varios elementos, es importante siempre respetar los sabores naturales, mostrar el balance perfecto dependiendo de los elementos que se usen.

Asado de tira marinado con pimientas

"Una mezcla de cuatro pimientas para aportarle a la carne magra más sabor".

INGREDIENTES

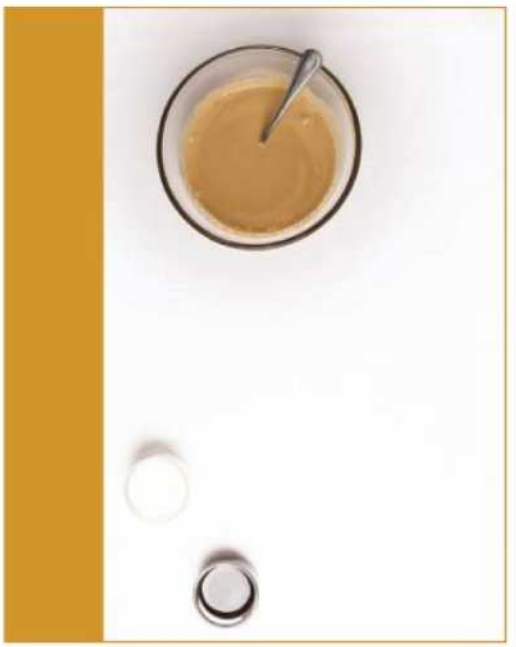
600 g de asado de tira (con hueso)
50 ml de aceite de oliva extravirgen
2 g de pimienta rosa entera
2 g de pimienta negra entera
2 g de pimienta verde entera
2 g de pimienta blanca
8 g de sal de grano

PROCEDIMIENTO

Ponga en un refractario de cristal la carne, incorpore el aceite y las pimientas recién trituradas, la sal de grano y deje marinar por seis horas.

PRESENTACIÓN

Prepare a su gusto.
(Para 2)



Marinado de arrachera en salsa de soya y crema

"La soya actúa balanceando la parte fuerte de la carne, además le aporta sabor".

INGREDIENTES

300 g de arrachera
100 ml de crema *lyncott*
50 ml de aceite de oliva
25 ml de salsa de soya

PROCEDIMIENTO

Ponga en un refractario de cristal la arrachera, incorpore el aceite de oliva, la crema *lyncott*, la salsa de soya y mezcle bien junto a la carne. Deje marinar por 6 horas.

PRESENTACIÓN

Prepare a su gusto.
(Para 2)

Costilla de res marinada a la finas hierbas

"Mezcla de hierbas que le dan un sabor fresco y especial a la carne".

INGREDIENTES

300 g de costilla de res corta sin hueso
50 ml de aceite de olivo
8 g de sal de grano
1 manojo pequeño de finas hierbas (tomillo, laurel, estragón, perejil, cebollín, romero)

PROCEDIMIENTO

Ponga la carne en un refractario de cristal e incorpore el aceite, la sal y las finas hierbas, mezcle todo bien y deje reposar por 6 horas.

PRESENTACIÓN

Prepare a su gusto.
(Para 2)

Bife marinado con pulque

"La mezcla de ingredientes le da un toque muy mexicano y por su parte el comino potencia el sabor de la carne".

INGREDIENTES

600 g de bife
50 ml de aceite de oliva
24 g de cebollín
5 g de comino
150 de pulque natural
8 g de sal de grano

PROCEDIMIENTO

Ponga en un refractario el bife, incorpore el aceite de oliva, el comino, el cebollín y el pulque natural. Deje reposar por 6 horas.

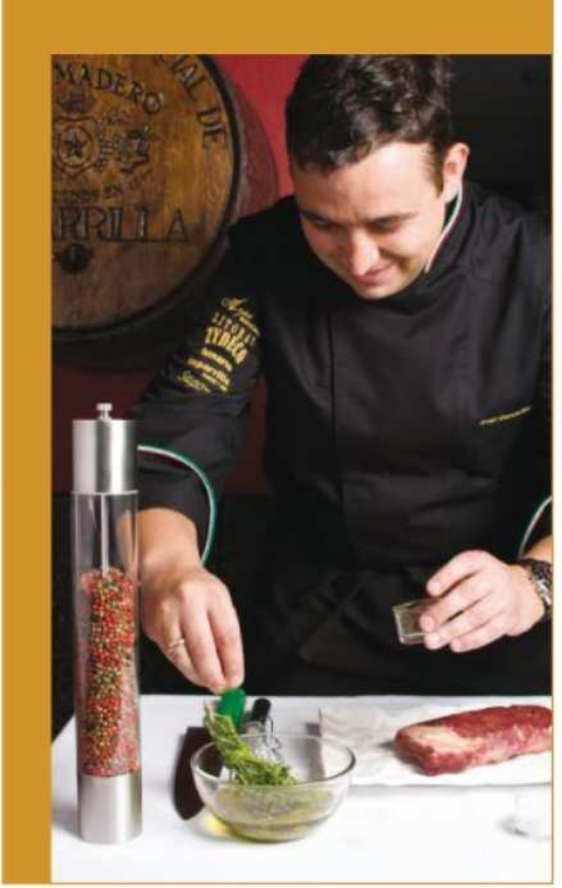
PRESENTACIÓN

Prepare a su gusto.
(Para 2)

"El secreto para hacer una buena marinada **es ser libre, arriesgarse** a utilizar cualquier **elemento**", comenta Azari.

Tips

- Utilice recipientes de cristal, de acero inoxidable o de porcelana.
- Evite el aluminio (incluido para los utensilios), porque se oxida.
- Como alternativa para marinar, ponga la carne en una bolsa de plástico con cierre apta para congelar. Vierta la marinada, vacie el aire y cierre la bolsa herméticamente.
- Utilice especias enteras y frescas, son más perfumadas que las molidas.
- Otra alternativa es usar la marinada para rociar carnes durante su cocción.



Rib eye marinado con mostaza

"Es una de las marinadas más famosas que hay, por el sabor tan elegante que la mostaza le agrega a la carne. Además las semillas se impregnan dándole textura".

INGREDIENTES

400 g de *rib eye*
35 g de pasta de jitomate
50 ml de aceite de olivo
50 ml de brandy
5 g de grano de mostaza
8 g de sal de grano
8 g de mostaza

PROCEDIMIENTO

Ponga en un recipiente de vidrio la carne e incorpore el aceite de olivo, la pasta de tomate, la mostaza, el brandy, el grano de mostaza y la sal de grano. Mezcle bien todos los ingredientes y deje reposar por 6 horas.

PRESENTACIÓN

Prepare a su gusto.
(Para 2)

Secretos y buenas compañías

Cuatro expertos en materia culinaria vacuna de los mejores *steak houses* de la Ciudad de México comparten con nosotros sus técnicas y secretos en torno al asador, así como sus recetas favoritas de guarniciones para la carne.

Por Anaís Penagos

Nos dimos a la tarea de ir a cuatro *steak houses* de la Ciudad de México, cada uno de estilo muy diferente, con el fin de platicar con sus chefs, maestros parrilleros, expertos en el arte y ritual que lleva el cocinar un buen corte de carne, y así revelar ante nuestros lectores, los mejores consejos que ellos aplican en el asador. También les pedimos que compartieran con nosotros sus recetas predilectas de acompañamientos en una buena parrillada para lograr una experiencia de primer nivel.

Estos puristas amantes de los sabores reales de la carne coinciden en cuatro puntos básicos:

1. Nada de sazonadores, solamente sal o a lo mucho pimienta.

2. Cuidar que la carne esté siempre jugosa.

3. El término es al gusto del comensal y una excelente manera de identificarlo es usando nuestra mano: al juntar el dedo índice y pulgar y tocar la parte blanda que queda expuesta en la palma, ésta se siente suave, por ende el termino es rojo, al hacerlo con el pulgar y el dedo medio el termino es medio-rojo, con el pulgar y el anular es 3/4 y con el meñique es bien cocido...

Iván Díaz

Morton's
The Steak House

Iván es un cocinero joven pero bien experimentado en sus menesteres y su experiencia con la carne al día de hoy es amplia. Además, la prestigiosa cadena donde trabaja se encargó de capacitarlo especialmente para la apertura del restaurante de México en la ciudad de Vancouver, Canadá.

Restaurante Morton's The Steakhouse
Avenida Paseo de las Palmas 405, PB
Torre Óptima, Lomas de Chapultepec
México DF
Tel. 55 407897

Mauricio Rocha

Puerto Madero

Inició su carrera en los Estados Unidos con el asesoramiento de maestros japoneses de la vieja escuela. Durante 15 años se especializó en cocina japonesa en el restaurante Something fishy´s y en la cadena Sakurarykiu. Posteriormente incursionó en otro tipo de cocina hasta encontrar una de sus grandes pasiones: la carne. Desde hace 6 años lidera la cocina de Puerto Madero, donde prepara carnes al estilo argentino con un toque personal.

Restaurante Puerto Madero
Paseo de los Tamarindos 90, PB, Torre Arcos Bosques.
Bosques de las Lomas
Tel. 5259 3934

Omar Villanueva

Palominos

Considerado como un verdadero amante de la carne, este chef originario de Hermosillo, Sonora, lleva desde los 12 años trabajando en el mundo de la gastronomía. En sus memorias recuerda el carbón de mezquite y palofierro con el olor de la carne asada, así comienza su amor por la carne. Tiene una larga lista de restaurantes en dónde ha participado como: La Huerta, El Palomino Sonora, entre otros. Desde hace más de 11 años se encarga de la cocina del Palominos en la Ciudad de México.

Restaurante Palominos
Insurgentes Sur 1734
Del Valle.
Tel. 5687 2677

Luis del Sordo

The Palm

Con más de 25 años de carrera, el chef mexicano Luis del Sordo, es por hoy uno de los chefs más cotizados en el ámbito gastronómico. Aunque él es chef de cocina californiana, toda su vida le aficionó la comida mexicana e italiana. Desde hace 14 años y por azares del destino, se especializa en las carnes y es chef ejecutivo de The Palm, restaurante del Hotel Presidente Intercontinental.

Restaurante The Palm
Campos Elíseos 218 Dentro del Hotel Presidente Intercontinental Polanco.
Tel. 5327 77 00

Iván **Díaz**

Su secreto

Los cortes con los que trabaja son prodigiosos, la carne proviene de las planicies de los estados del centro-norte de EE.UU. y es procesada en Chicago, en donde permanece fresca, refrigerada, por un término de dos semanas, después de las cuales es enviada a nuestra ciudad, para almacenarse en bodegas especiales que la mantienen a una temperatura de 3°C, por eso se le considera USDA *prime-aged beef.*

Cortes favoritos

Porter house y *rib eye* con hueso

Maridaje sugerido

Para sus platillos recomienda un vino de origen australiano, D'Aremberg "The Footbolt", de uva Shiraz

Tips

- La primera sugerencia es que no hay que esperar mucho tiempo para cocinarla, lo mejor es hacerlo inmediatamente después de comprarla. En caso de tener que descongelar una pieza de carne hacerlo a la temperatura del refrigerador únicamente y darle aproximadamente dos días para que esté lista.
- Para un asado casero recomienda no variar la temperatura, procurar que ésta sea constante. La carne solamente se voltea una vez, de preferencia con unas pinzas, jamás se debe de usar un trinche para voltearla por que al picarla se desjuga. Se pone en la parrilla sólo cuando ésta ya está bien caliente y después de aproximadamente dos minutos (aunque el tiempo realmente depende de el término que se busca) se gira un poco sobre el mismo lado para que se marque el asado en forma de rombo, una vez listo se cambia de lado y se repite la misma operación para marcarlo.
- Cuando el corte está cocido, o ha alcanzado su término, un secreto original es verterle una cucharada de un buen jugo de carne concentrado para proporcionarle jugosidad extra.
- "Jamás, nunca, prohibido, es casi un pecado, marinar un buen corte grueso" –nos dice enfáticamente– y tampoco hay que ponerlo a competir con una salsa hecha con algún elemento "fuerte", como por ejemplo queso roquefort, que compite u oculta el sabor de la carne, es mejor dejar todos los elementos sazonados al lado, en las guarniciones.

Papas a la Leonesa

INGREDIENTES

4 papas para hornear
2 cebollas blancas medianas
Perejil chino (para decorar)
Tocino c/n (se utilizará sólo la grasa)

PROCEDIMIENTO

Corte las puntas de las papas, posteriormente retire la cáscara con un cuchillo o un pelador. Se debe de quitar sólo la cáscara pero pueden quedar puntos marrones. Rebane la papa a lo largo y después a la mitad con un grosor de 3/8 de pulgada. Reserve. Corte la cebolla blanca en juliana. En una sartén caliente ponga las rebanadas de tocino necesarias para generar 120ml de grasa. Retire el tocino, en esa misma grasa saltee la cebolla junto con las papas. Al servir espolvoree con un poco de perejil chino picado.

(Para 4)

Hongos silvestres salteados

INGREDIENTES

20 g de champiñones *crimini*
20 g de hongos *portobello*
20 g de hongos *shiitake*
20 g de hongos *chanterelle*
2 cdas de mantequilla
1 cdita de ajo picado
1 cdita de echalotes picados
1 cda de perejil picado
1 cdita de Pernod
1/4 cdita de anchoas picadas
4 rebanadas del pan de su preferencia para hacer crotones
• Sal y pimienta blanca c/n

PROCEDIMIENTO

Retire el tallo a los hongos *portobello*. Usando una cuchara, cuidadosamente raspe los fondos oscuros del hongo. Una vez limpios, rebane todos los hongos a un grosor de 3 cm. Derrita la mantequilla en una sartén a fuego medio. Añada los echalotes, el perejil y las anchoas. Saltee aproximadamente un minuto. Añada los hongos rebanados y saltee tres minutos más. Añada una pizca de sal y de pimienta banca. Saltee la mezcla durante treinta segundos. Vierta el Pernod y continúe salteando durante treinta segundos más.

Para los crotones

Corte una rebanada de su pan preferido para darle una forma redonda que dé como resultado un crotón. Tueste en una salamandra o en un comal.

ARMADO Y PRESENTACIÓN

Reparta los hongos sobre los crotones y sirva inmediatamente.
(Para 4)

Mauricio **Rocha**

Su secreto

Un buen corte debe de tener un añejamiento de 28 a 30 días a partir de su sacrificio y debe de conservarse en refrigeración adecuada para que se intensifiquen los sabores, se relajen los músculos y esté listo para cocinarse. En el mercado se vende carne que ya fue congelada, y posteriormente refrigerada (es casi imposible encontrar carne verdaderamente fresca) así que no recomienda volver a congelarla, porque al hacerlo se perderán muchas cualidades organolépticas. En caso de que sea inevitable volver a congelar, habrá que empacar la carne muy bien en plástico y al alto vacío, para no permitir que entren gérmenes o humedad.

Cortes favoritos

"Ojo de bife", que es la parte central del *rib eye* y *rib eye* con hueso

Consejo de compra

Los clubes de precio tienen carne *prime* y *choice* importadas de Estados Unidos. Los supermercados tienen carne de Sonora de muy buena calidad, sólo hay que fijarse que sea choice o bien en el marmoleo.

Maridaje sugerido

El vino que nos sugiere es una botella argentina de Enrique Foster Reserva, de uva Malbec.

Espinacas a la crema

INGREDIENTES

200 g de espinacas
20 g de cebolla blanca picada
20 ml de mantequilla clarificada
150 ml de crema
15 g de harina
3 g de ajo picado
- Una pizca de nuez moscada
- Sal y pimienta c/n
- Pimiento limpio cortado en juliana

PROCEDIMIENTO

Acitrone el ajo y la cebolla con la mantequilla clarificada, agregue la espinaca y continúe sofriendo a fuego medio. Incorpore la crema y sazone con la nuez moscada, pimienta y sal. Por último agregue queso parmesano y sirva decorando con pimientos asados. **(Para 1)**

Papa martajada

INGREDIENTES

300 g de papa cocida y martajada
20 ml de mantequilla clarificada
1 diente de ajo rostizado (puré)
2 g de cebolla picada, previamente freída
- Una pizca de nuez moscada
- Sal y pimienta c/n

PROCEDIMIENTO

Acitrone la cebolla con la mantequilla a fuego medio, posteriormente incorpore la papa martajada (sin llegar a puré) y el puré de ajo rostizado. Sazone con nuez moscada, pimienta y sal.

Tips

- Un error común en los asados caseros es que en cuanto prende el fuego, aunque el carbón esté aún negro, se pone inmediatamente el trozo de carne. Hay que tomar en cuenta que el carbón así genera gases desagradables y además tóxicos. La manera correcta de hacerlo es permitir que se queme bien el carbón y que tome una apariencia gris-blanca, éste es el punto exacto para poner las carnes, lo único que hay que hacer es moverlo sutilmente para que la lumbre no se apague.
- Una vez en la parrilla, el chef recomienda sellar bien la carne para que no se desjugue. El tiempo de cocción tiene que ver con el grosor del corte, un grosor de dos dedos de altura por ejemplo, para un término ?, tarda aproximadamente 18 a 20 minutos a una temperatura media; se pone la mitad del tiempo por un lado la otra mitad por el otro. El tono final debe quedar con un color bronceado, como color oro.
- La carne tiene sus propias cualidades, nada más hay que explotarlas y para eso, la sal es más que suficiente, no hay que agregar ni siquiera pimienta antes de ponerla a la parrilla. Hay que tener cuidado de no dejarla reposar una vez salada ya que por las propiedades de la sal, la carne se desjugará muy pronto.
- Lo que jamás se debe de hacer con un buen trozo de carne es marinarla. Las marinaciones hay que dejarlas para las arracheras o cortes delgados. Cero salsas, tal vez solamente con el lomo que es un corte que no contiene mucha grasa y tiene mucha sangre, pueden ir salsas livianas como a la pimienta, al limón, al vino tinto, pero muy ligeras.

Viaja por los sabores de México

Los mejores chefs todos los días a las 11 de la mañana

Vive México en Radio Mil 1000 am

radiomil.com.mx

NKM COMUNICACIONES Comunicación con ¡emoción!

Omar **Villanueva**

Su secreto

La carne que él sirve en el restaurante, al igual que mucha materia prima, la traen por carga aérea directamente desde Sonora, lo que le da a cada platillo un toque diferente. Del refrigerador especial donde se conserva a óptima temperatura –si no se desjuga y pierde todas sus propiedades– sale directamente a las brasas. Por lo que el chef nos aconseja hacer lo mismo: no dejar mucho tiempo fuera la carne que se va a asar.

Cortes favoritos

Filete cabrería, costilla corta y *rib eye*

Consejo de compra

Se puede comprar la carne en el supermercado, pero es importante verificar que tenga sello de calidad. Recomienda siempre la nacional y asegura que las marcas Don Fileto y Sr. Carranza son excelentes.

Maridaje sugerido

Un vino tinto de buen cuerpo de Casa Madero o un Bacanora, un destilado que tiene D.O. en Sonora. Se sirve en un caballito que se coloca dentro de un vaso *old fashion* con hielo picado; sin dejar de lado los frijoles maneados y las tortillas sobaqueras.

Tips

- Para empezar, hay que tener el carbón y el asador al punto. Hay que tomar media cebolla blanca asada, o un poco de grasa de carne, y pasarla por toda la parrilla (limpia) para que se curta y tome un sabor determinado, ya que como no todos los días se asa carne, la parrilla puede tomar un sabor férreo a óxido.
- Es importante no poner la carne cuando el carbón está aún negro, si éste no se prende bien la grasa de la carne al escurrir empieza a generar chispas y estas se pegan al corte.
- El carbón que utilizan en Palominos es de mezquite y la carne adquiere ese sabor ahumado delicioso, así que utilizar el mismo es una buena opción. También, hay que procurar no mover mucho las brasas al poner a asar los cortes para que la ceniza no vuele y se les pegue.
- Para sazonar la carne únicamente sal gruesa de Sonora y solamente hay que voltearla una vez.
- Un buen pedazo de carne debe de tener cualidades organolépticas inconfundibles (color cereza, olor a sangre, textura suave), además de marmoleo –mientras más abundante mejor el sabor-.

Queso fresco a las finas hierbas y chiltepin

INGREDIENTES

400 g de queso regional sonorense
60 ml de aceite de oliva virgen extra
3 ramitas de perejil chino
2 chiles de árbol rojos enteros, fritos
- Chile chiltepin rojo seco, molido, al gusto
- Hierbas finas, al gusto

PROCEDIMIENTO

Mezcle el aceite con las hierbas y el chiltepin; posteriormente, marine ahí el queso durante 15 minutos.
Ase el queso por cada lado a la parrilla, a manera de que la pieza solamente se selle.

ARMADO Y PRESENTACIÓN

Monte la pieza de queso en un plato amplio, espolvoree encima un poco más de chile chiltepin. Adorne con los chiles de árbol y las ramitas de perejil.
(Para 4)

Chiles rellenos de queso estilo Sonora

INGREDIENTES

8 piezas de chile verde Anaheim
400 g de queso regional sonorense o queso fresco
2 huevos
- Aceite vegetal c/n
- Sal
- Harina de trigo

Para el caldillo de jitomate

4-5 tomates guaje
1 diente de ajo
1/2 cebolla blanca
- Una pizca de laurel
- Sal y pimienta c/n

PROCEDIMIENTO

Para los chiles

Tateme los chiles directamente en la hornilla de la estufa; posteriormente colóquelos en una bolsa de plástico y deje que suden durante aprox. 15 minutos. Transcurrido ese tiempo, pele y desvene los chiles con un cuchillo de sierra pequeño. Una vez limpios, rellénelos con el queso.

Para el capeado

Enharine los chiles para que sea más fácil capearlos y el huevo se pegue mejor. Separe los huevos, bata las claras a punto de nieve, una vez listas, incorpore las yemas poco a poco (si se baten de más pueden bajarse). Ponga a calentar aceite en una sartén, sumerja los chiles en el capeado y envuelva bien. Ponga a freír en la sartén y deje que el chile se fría de un lado, y después del otro. Coloque en un plato con papel absorbente.

Para el caldillo

Ponga a hervir los tomates; una vez cocidos, muela en la licuadora con un poco de agua y con los demás ingredientes. Ponga un poco de aceite de oliva en una cacerola, cuando esté caliente vacíe el caldillo a través de un colador. Sazone, espere hasta que la salsa de tomate cambie de color. Al servir bañe los chiles con el caldillo de jitomate.

Luis del Sordo

Su secreto

Los cortes que sirve en The Palm son de origen americano, de calidad *Prime*, la más alta que otorga la USDA (Secretaría de Agricultura de los Estados Unidos), que vienen de piezas enteras de carne fresca que ellos mismos añejan.

El chef nos explica todo el proceso de la carne partiendo del ganado que se utiliza: joven y alimentado con granos. Sólo hasta que es sacrificado se puede saber qué tipo de carne se obtendrá, entonces la secretaria de Agricultura de EUA (USDA) la dictamina en 8 categorías, dentro de las cuales están el *Prime, Choice, Black Angus y Select* y le da un sello y un precio al producto. A esto le sigue el añejamiento por cuatro o cinco semanas, procedimiento que no se puede realizar a nivel casero, ya que los cortes que se compran en el supermercado han pasado por un proceso previo de trabajo donde se les quita la sangre, la grasa y se porcionan. Al meter una pieza así en el refrigerador se quema fácilmente, a los tres días puede tomar un color purpúreo y pierde calidad.

Cortes favoritos

New York y *Rib Eye*

Consejo de compra

Hay que saber qué se quiere y qué se compra, los cortes argentinos, los americanos, y los mexicanos son diferentes, pero en todos el marmoleo es determinante en la calidad.

Maridaje sugerido

Una botella mexicana, un Vino de Piedra o un Chateau Domecq.

Tips

- Temperatura uniforme "La gente a veces pone la carne al comal y cuando empieza a llenarse de humo, lo primero que hacen es prender el extractor, o abrir una ventana, propiciando que baje la temperatura de la plancha súbitamente y que la carne se desjugue y empiece a espumar", nos comenta. En un asador casero –o en la estufa– hay que procurar constancia en temperatura, lo primero que hay que saber es que se cocina con calor, no con fuego.
- Para un buen corte necesitamos una sartén gruesa para que pueda contener más la temperatura, hay que dejar que se caliente bien y ponerle unas gotas de aceite y extenderlas con una servilleta cubriendo toda la superficie.
- Si estamos usando brasas, hay que calcular más o menos unos veinte centímetros para poner la parrilla donde se van a colocar los cortes.
- Para lograr términos tres cuartos o bien cocidos, lo más recomendable es sellarlos y posteriormente terminar su cocción en el horno para que se vayan cocinando paulatinamente y no se quemen a las brasas.
- "A la carne cuando es fina solamente hay que salpimentar. Yo no sirvo comida salseada o muy condimentada, porque en realidad estás engañando al paladar con sabores ocultos; las salsas, a la pimienta, a la bordalesa, *demiglasse*, nunca las van a ver dentro de mis platos, siempre van a ir a un lado".

Puré de papa

INGREDIENTES

1 1/2 k de papa blanca
50 g de mantequilla
1/2 l de crema natural
• Sal c/n

PROCEDIMIENTO

Poner a cocer la papa en agua fría ya pelada y en trozos iguales, pasar por un pasa puré y reservar. A continuación en una cacerola derretir la mantequilla, agregar la crema, mezclar con la papa y sazonar al gusto.

Espinacas a la crema a la manera de The Palm

INGREDIENTES

1 k de espinaca fresca
1 taza de queso parmesano reggiano italiano
1/2 l de crema natural
1 cda de nuez moscada
40 g de mantequilla
• Sal y pimienta c/n

PROCEDIMIENTO

Blanquee la espinaca previamente lavada y desinfectada, exprímala y piquela finamente. Aparte en una cacerola derrita la mantequilla e incorpore la crema, deje hervir por tres minutos e incorpore las espinacas, sazone con el resto de los ingredientes. **(Para 4)**

El mejor asado es en casa

Para los amantes de asar y cocinar al aire libre y que desean hacer de esta actividad un estilo de vida, le presentamos a continuación varios productos de gran calidad, además de asesorarle para elegir la mejor

weber

MODELO GENESIS S 320:

Asador de gas semi-fijo para roof garden, patio interior o jardín. Tiene una parrilla para atender a 12 comensales al mismo tiempo, 3 quemadores de alto poder calorífico y otro lateral. Su diseño es en acero inoxidable terminado sanitario. Tiene opción para integrar un rostizador o caja para ahumar.
$18,999

MODELO SPIRIT E 210:

Asador de gas semi-fijo para terraza, roof garden o patio interior. Es una parrilla para atender a 8 comensales al mismo tiempo. Tiene 2 quemadores de alto poder calorífico. Su diseño es futurista de acero porcelanizado con mesas laterales en inoxidable, tiene sistema de auto-limpieza.
$8,999

WEBER	
Polanco GrillingShop Aquímides 182 A Esq. Homero Col. Polanco	San Ángel GrillingShop Periférico Sur 2433 Local 9 Plaza Atlamaya Col. San Ángel
Bosques GrillingShop Prolongación Av. Bosques de la Reforma 1315 Col. Lomas	T: (55) 50279191 ventas@grillingathome.com www.asandoencasa.com

MODELO Q 120:

Asador de gas portatil. Es recomendable para pic-nic, camping o para alguna terraza. Tiene capacidad para 6 hamburgesas, tiene sistema de auto-limpieza, opción para conec tarse a un tanque de gas de 9 kilogramos y una mesa de apoyo plegable.

$2,999

MODELO PERFOR MER:

Excelente asador a carbón con encendido a gas. Su parrilla tiene capacidad para atender de 4 a 8 comensales al mismo tiempo. Tiene mesa de apoyo resistente al calor.Cuenta con un recipiente para cenizas con sistema de auto-limpieza y un bote para colocar el carbón o en su caso para utilizarlo como hielera.

$6,999

MODELO GENESIS E 310:

Asador de gas semi-fijo para roof garden, patio interior o jardín.Su parrilla tiene capacidad para atender a 12 comensales al mismo tiempo. Tiene 3 quemadores de alto poder calorífico. Cuenta con una báscula para medir remanente de gas en el tanque y tiene opciones para inte grar un rostizador o una caja para ahumar.

$15,999

ONE TOUCH SILVER:

Asador de carbón ideal para pic-nic o jardín. Tiene una parrilla para atender de 4 a 8 co mensales al mismo tiempo. Tiene sistema de auto-limpieza.Cuenta con varios accesorios para cocinar diferentes alimentos y tiene asas resistentes al calor.

$2,399

ONE TOUCH GOLD:

asador de carbón recomendable para terraza o patio interior. Tiene una parrilla para atender de 4 a 8 comensales al mismo tiempo. Tiene un recipiente para cenizas con sistema de auto-limpieza. Tiene opción de colocar mesa de apo yo. Viene en color negro, verde o azul.

$3,199

MODELO SUMMIT S 450:

Asador de gas semi.fijo para nicho o isla para cocina exterior.Cuenta con 4 quemadores de alto poder calorífico y otro lateral.Su diseño en acero inoxidable terminado sanitarid- cluye rostizador con motor y quemador infra rojo con caja para ahumar.

$38,000 (12 meses sin intereses o 15% descuento en pago al contado)

¡todo al asador!

En esta temporada se antojan mucho las parrilladas caseras para celebrar a los papás. Aquí algunas recomendaciones y recetas muy prácticas que pueden prepararse en el asador.

Fotos Fernando Gómez Carbajal
Producción de César Casalone
Recetas de Valeria González

Ensalada campestre

INGREDIENTES

30 hojas de menta o hierbabuena
1/2 taza de frijoles rojos o negros cocidos
• Lechugas mixtas (lechuga francesa, morada, escarola, *frisée*)
• Arúgula
• Sal Maldón

Aderezo de miel y cítricos

3/4 de taza de aceite de oliva extra virgen
1 cdita de jengibre fresco rallado
4 cdas de vinagre de vino blanco
1/4 taza de jugo de limón verde y amarillo (recién exprimido)
3 cdas de miel de abeja
• Pimienta negra recién quebrada
• Poca sal

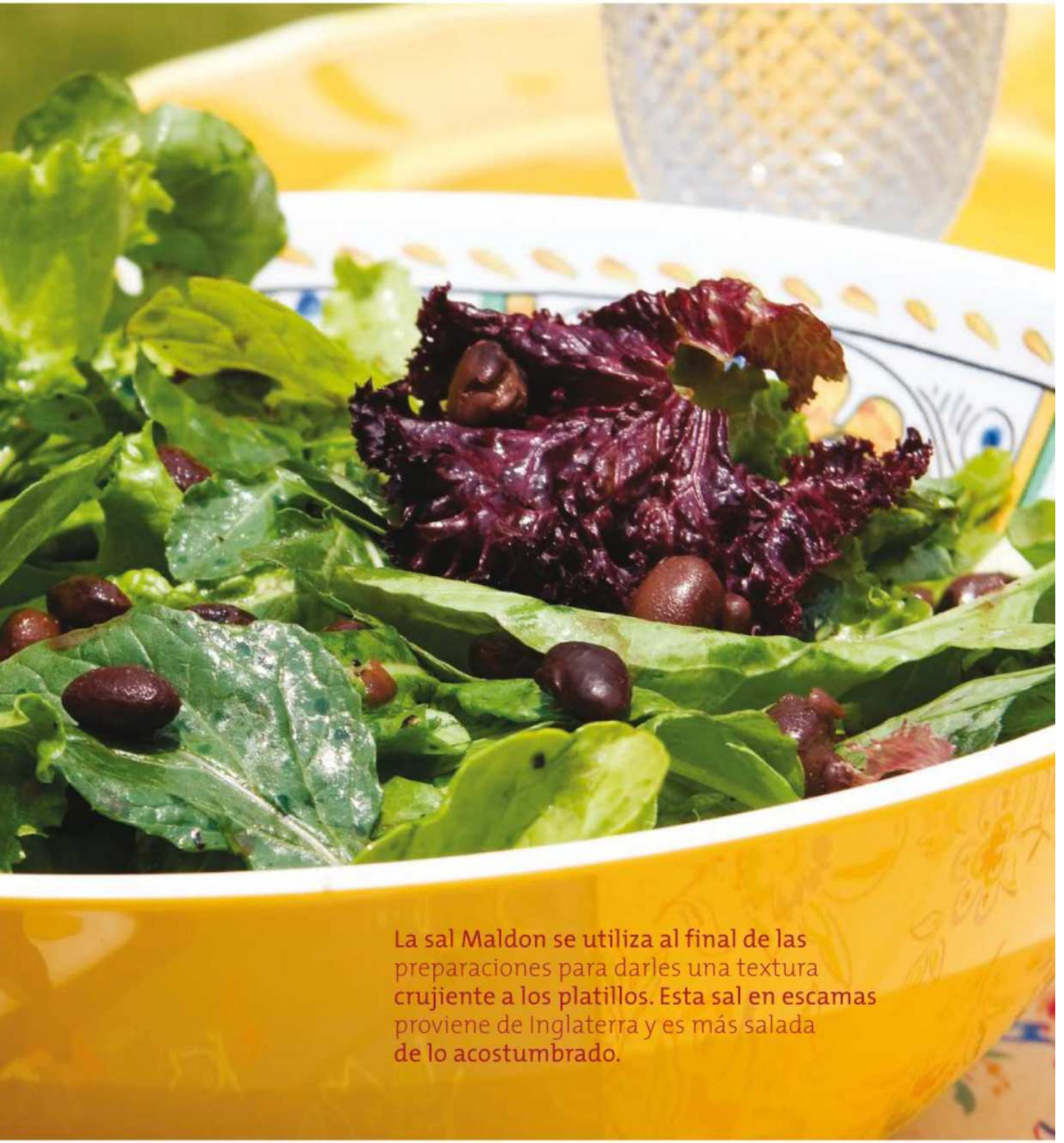
PROCEDIMIENTO

Lave y desinfecte las lechugas mixtas, las hojas de menta y el arúgula. Aparte, cueza los frijoles en abundante agua con sal y hierbas como laurel, tomillo y mejorana.

Para el aderezo, en un recipiente de vidrio emulsione el aceite con el vinagre, el jugo de limón recién exprimido, si no encuentra limones amarillos utilice un poco menos de 1/4 de taza de limón verde, ya que es más ácido y menos dulce que el limón amarillo. Agregue la miel de abeja, integre vigorosamente con un batidor de globo o con tenedor y finalmente añada el jengibre, muy poca sal y la pimienta negra quebrada. Puede agregar si lo desea una cucharada de mostaza de Dijón para darle más potencia.

Remoje las hierbas con abundante aderezo y mezcle, reserve un poco de aderezo y ahí moje los frijoles. Ponga un poco de sal Maldón a las lechugas y revuelva bien a que se integre con el aderezo. Esparza los frijoles y el aderezo restante. Espolvoree ya para servir con un poco de sal Maldón y pimienta negra recién molida.

(para 1 taza de aderezo)



La sal Maldon se utiliza al final de las preparaciones para darles una textura **crujiente a los platillos. Esta sal en escamas** proviene de Inglaterra y es más salada **de lo acostumbrado.**

El portobello es una opción ideal para las **parrilladas, ya que** para la gente que **no consume carne,** resulta delicioso.

Portobellos marinados al *grill*

INGREDIENTES

6 hongos portobello de buen tamaño
1 diente de ajo picado finamente
1 rama de romero sin tallo
- Sal gruesa
- Pimienta negra quebrada
- Aceite de oliva extra virgen

PROCEDIMIENTO

Limpie los portobellos con una servilleta de papel seca. Posteriormente, con una brocha, pincele cada uno de los hongos con la mezcla anterior. Verifique sal y pimienta y posteriormente ponga a asar hasta que estén tiernos.

(Para 6)

"Quien atribuye a la crisis sus fracasos y penurias, violenta su propio talento, respeta más los problemas que las soluciones."

[Albert Einstein]

Lyrsa editores

REVISTAS QUE FORMAN CONCIENCIA

OPEN - PLAYBOY -EL GOURMET.COM - AUTO BILD -SW FIT - SALUD VITAL - TODO PAPÁS
COCINA SALUDABLE - SÓLO RELOJES

www.lyrsa.com.mx

Espárragos con tocino

INGREDIENTES

1 manojo de espárragos verdes o blancos
2 paquetes de tocino ahumado
• Palillos

PROCEDIMIENTO

Limpie los espárragos con una servilleta o trapo seco y limpio. Envuelva las tiras de tocino ahumado alrededor de todo el espárrago y asegure con 2 palillos en cada lado.
En una parrilla sin grasa, ponga a dorar los espárragos. Voltee cuando uno de los lados ya esté crujiente.
(Para 6)

Papas al ajo y vino blanco

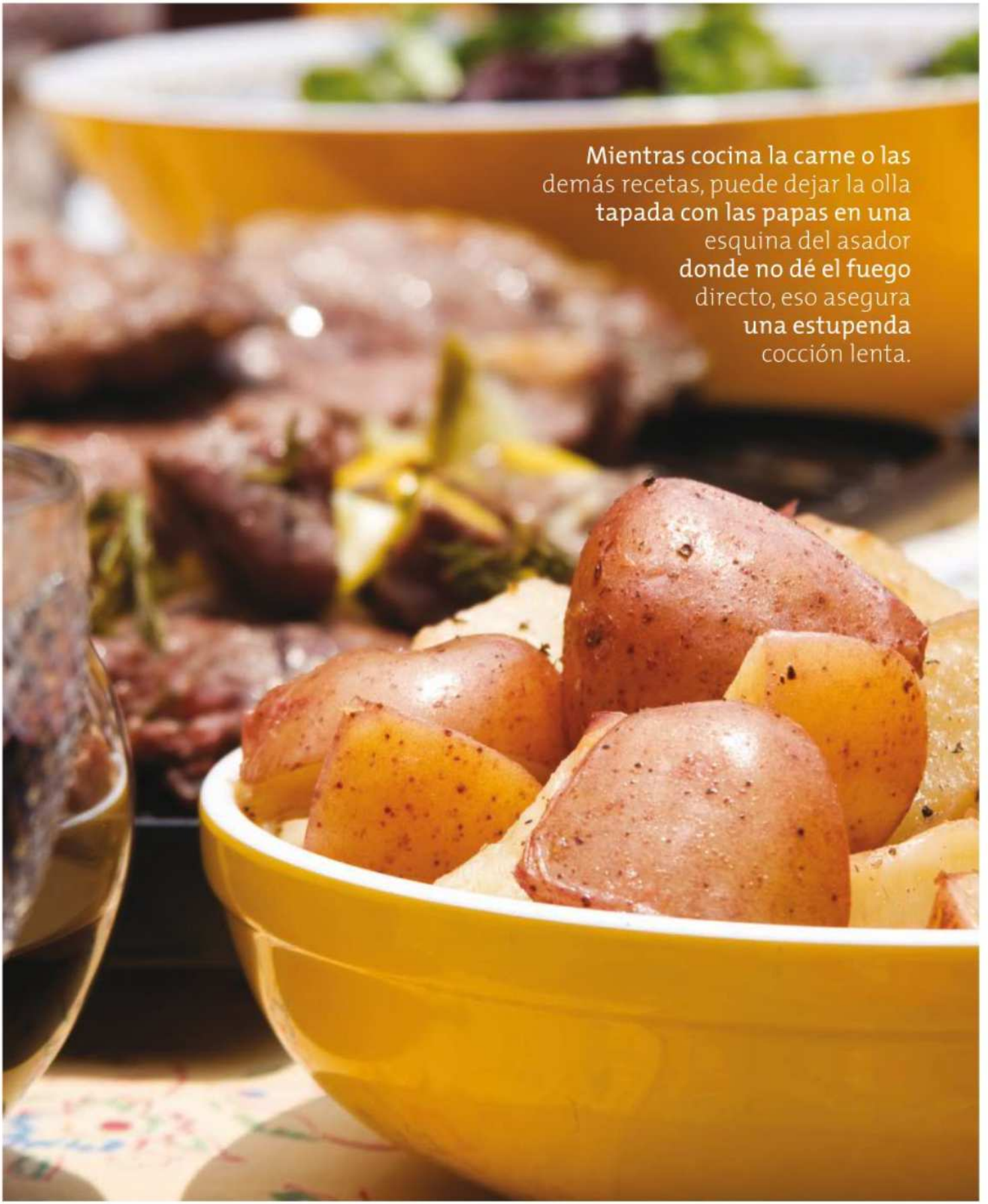
INGREDIENTES

400 g de papas cambray rojas
1 ajo picado
4 cdas de mantequilla
6 cdas de aceite de oliva
1/2 taza de vino blanco
• Sal gruesa
• Pimienta recién molida

PROCEDIMIENTO

Corte a la mitad las papas. En una sartén ponga a calentar la mantequilla y el aceite a temperatura baja. Cuando tome buena temperatura, agregue las papas y el ajo picado. Deje que se cocinen en la grasa tapadas a fuego lento, moviendo de vez en cuando y verificando el punto de cocción.
Agregue el vino cuando sienta que ya están casi cocidas al dente y suba el fuego. Deje destapada la cacerola y espere a que reduzca la salsa. Una vez reducida, agregue sal y pimienta.
Puede sacar las papas para que no se pasen de cocción y dejar reducir la salsa aparte.
(Para 6)

Estos espárragos son un estupendo acompañante para la carne y son muy fáciles **de preparar. Verifique la cocción, ya que** un espárrago sobrecocido resulta **muy desagradable.**


Mientras cocina la carne o las
demás recetas, puede dejar la olla
tapada con las papas en una
esquina del asador
donde no dé el fuego
directo, eso asegura
una estupenda
cocción lenta.

Chiles toreados

INGREDIENTES

20 chiles verdes
1/2 cebolla morada
4 cdas de jugo Maggi
4 cdas de salsa inglesa
2 cdas de soya
2 limones
• Aceite c/n

PROCEDIMIENTO

Lave los chiles y rebánelos por la mitad.
Filetee delgado la cebolla.
En una sartén con aceite, ponga los chiles y la cebolla a fuego medio. Cuando estén rostizados, agregue las salsas y deje un minuto al fuego para que los chiles absorban los sabores. Retire del fuego y agregue el jugo de limón.

Para el toque *gourmet* y colorido agregue cebolla morada y no agregue sal, ya que las salsas que lleva son suficientemente saladas.

Marinada de té limón y salvia

INGREDIENTES

1/4 taza de aceite de oliva extra virgen
2 dientes de ajo picado
1 ramo de hojas de té limón (*lemongrass*) con todo y bulbo
1 manojo de hojas de salvia fresca
1/2 cdita de Galanga picada o en polvo
1/2 cdita de hojas de lima Kaffir
• Juliana de cáscara de limón amarillo
• Sal de mar
• Pimienta negra y verde recién quebrada

PROCEDIMIENTO

Desinfecte las hierbas. Pique las hojas en *chiffonade*, así como un poco de la raíz del té limón. Integre bien todos los ingredientes y deje marinando la carne por lo menos 3 horas antes de cocinar.

AGRADECIMIENTOS

Casa Palacio
www.casapalacio.com.mx
Centro Comercial Antara
Ejercito Nacional 843
Tel. 9138-3750

Esta marinada funciona muy bien para carnes delgadas o para pollo y pescado. Es importante **verificar la cantidad de sal marina en la mezcla** para que no le falte ni le sobre.

revista elgourmet.com

el sabor de la vida, el placer de vivirla

Suscripción anual **$600-30%**

sólo $420*

por **12** ediciones

Suscríbase a la versión digital en www.lyrsa.com.mx

Suscripciones:
Llame al **3872.2049** Lada sin costo **01800.087.6797**
Atención: **Citlalli Morales** citlalli.morales@lyrsa.com.mx

*Promoción válida al 30 de Junio de 2009.

El corte perfecto

Una de las herramientas indispensables en una cocina son los cuchillos. Existen diversos tipos según su uso y aplicación. Aquí una guía práctica de los más comunes.

CUCHILLO TROQUELADO (7.7223.26G):

Se consigue de diferentes tamaños, los más pequeños, de 13 cm de longitud, son ideales para cortar frutas y hortalizas, mientras que los de mayor tamaño cortan panes y pasteles con gran facilidad.

CUCHILLO TRINCHADOR (7.7203.20G) :

Empleado exclusivamente en la operación de carnes, generalmente muy afilado. El cuchillo tiene una hoja larga y estrecha, ideal para cortar en rebanadas carnes cocidas cuando están calientes.

CUCHILLO FILETERO (7.7213.20G):

Extremadamente flexible, con mango ancho para poder filetear el pescado con facilidad. El diseño de hoja ancha crea una importante separación entre la carne y el hueso.

TENEDOR TRINCHE (7.7233.26G):

Especialmente apto para asados y carnes. Se utilizan para levantar, dar vuelta, sostener y empujar piezas de alimentos. Cuando se utilizan se debe tener cuidado de no perforar alimentos que requieran de sus jugos internos para conservar su textura y sabor.

TIPS

- Es importante conocer los diferentes tipos de cuchillos y sus usos, ya que ello nos facilitará las labores culinarias.
- El manejo adecuado de estas herramientas es básico, de forma que evitemos accidentes innecesarios en la cocina.
- Las tablas de picar son compañeras prácticamente inseparables de los cuchillos.
- El filo en los cuchillos es de suma importancia, ya que así, los cortes serán limpios y su manejo será más sencillo.
- Hay cuchillos que prácticamente no requieren afilarse, pero si es el caso, opte por una chaira para no desgastar sus herramientas.
- No olvide limpiarlos con eponja humedecida con shampoo y no con polvo.Nunca con fibra.

CUCHILLO MONDADOR (7.7203.08G):

Se utiliza para pelar frutas y verduras, o bien para tallarlas.Su tamaño es pequeño, ya que lo que se busca con este cuchillo es un manejo estable y un corte firme.

CUCHILLO DESHUESADOR (7.7303.15G):

La hoja es delgada y firme, sirve para cortar tendones y separar la carne del hueso. Tal como su nombre indica sirve para deshuesar y limpiar carnes, aves y pescados. Existen diferentes grados de curvatura en la navaja lo cual origina diversas formas en cuanto a tamaño con la finalidad de ser utilizado en las diferentes piezas a deshuesar.

CUCHILLO SANTOKU (7.7303.17G):

Un cuchillo perfecta mente balanceado. Es la herramienta multiusos de la cocina asiática para la preparación de carne, pescado y verduras. Sean cuales sean sus gustos el cuchillo santoku le facilitará la preparación previa al cocinado de los alimentos mediante su limpio corte.

Un buen matrimonio, la carne y el tinto

UNA DE LAS COMIDAS QUE HACEN MEJOR SINERGIA CON LOS VINOS TINTOS SON LAS CARNES. DEPENDIENDO DEL ESTILO Y TIEMPO DE COCCIÓN, LA GUARNICIÓN QUE LA ACOMPAÑE Y EL GUSTO DEL COMENSAL INTERFIEREN EN LA ELECCIÓN DE UN CALDO ADECUADO.

POR JESÚS DIEZ

Lo que da jerarquía en el mundo de los vinos es saber escoger uno apropiado a la comida que degustaremos. Hoy dejaremos de lado los blancos y rosados, no porque no sean espectaculares, sino porque en cuanto a carne de res se refiere, es el momento de los tintos.

La primera elección siempre será sobre las uvas y no sobre las regiones o marcas, eso es importante porque éstas tienen personalidad y aunque el terruño, el clima, y la elaboración tienen influencia sobre ellas, la característica aromática base será siempre la misma. Por eso podemos reconocer las uvas por su aroma particular, por ejemplo, la Cabernet Sauvignon a pimiento verde o la Pinot Noir a cerezas maduras.

Otro punto importante es que casi todos los tintos se crían en barricas, ya sea de roble francés o americano, nuevas o usadas, según lo que se busque, tomando características diferenciales entre los bosques del mundo en donde crecen.

Por último, debemos tener en cuenta la potencia del vino, refiriéndonos a la cantidad de alcohol y tanino que éstos puedan contener. Sabemos de antemano que mientras más tanino tenga un vino, más longevidad alcanzará, y por ende más potencia en su estructura, sin tomar en cuenta la sutileza que este tanino pueda tener.

Antes que nada debemos tomar en cuenta que para hacer un maridaje la regla de oro es: comida potente con vinos potentes, y comidas ligeras con vinos ligeros, partiendo de ahí, comencemos.

Cuando hablamos de carnes que tienen cantidad de grasa moderada, como una arrachera, siempre vale la pena referirse a vinos de buena estructura sin que sean potentes. Para ello podemos escoger uvas que por su estructura no sean para vinos de mucha guarda, por ejemplo, Merlot, Carmenere, Pinot Noir y Pinotage. Pero si escogemos una carne que tenga mayor cantidad de grasa debemos elegir uvas cuya elaboración tenga tendencia a la guarda como la Tempranillo, Cabernet Sauvignon, Malbec o Tannat, que soportarán la potencia de la grasa perfectamente con el tanino.

Por otro lado, hablaremos de las cocciones de la carne, y para esto vale la pena inclinarnos no tanto por las uvas, sino por las elaboraciones que serán de dos tipos: modernas y tradicionales. Cuando hablamos de carnes de mucha cocción como un pecho de ternera, un estofado, un osobuco, o un mixiote, suele combinar perfectamente bien con vinos tradicionales. Son los que en su elaboración se utiliza poca madera nueva y mayor parte de barrica usada, dando con esto que el aroma a fruta natural de la uva se pierda y gane en su lugar aromas de cuero y animal, haciendo perfecta sinergia con los aromas de la carne bien cocida, horneada, e inclusive con un corte de carne término tres cuartos.

Asimismo, las elaboraciones modernas tendrán tendencia de barrica nueva o poco usada, con lo que las notas a fruta de la uva se conservarán, así como las notas de terruño con tendencia mineral. Los platos ideales para esto son aquellos cuyo tiempo de cocción es corto y su término sobre la brasa es medio, azul, o inglés, conservando con esto el carácter jugoso, con recuerdos a notas férricas, muy relacionadas con el carácter mineral del vino.

Por último, recordemos que muchas carnes llevan salseo, que puede ser especiado, afrutado o herbáceo. Para estos platos recuerden siempre tratar de asociarlos con los aromas frutales, especiados y herbáceos que los vinos adquieren ya sea durante su elaboración, o cuando están en el viñedo. Para ejemplo de esto tenemos aquellos platos que tienen un salseo de ciruelas, los cuales pueden maridar perfectamente bien con uvas afrutadas, de las cuales encontramos muchas como la Mencía, Malbec y la Shiraz o Syrah. Cuando la carne tiene una nube de pimienta, armoniza muy bien con vinos especiados como el Tempranillo, Cabernet Sauvignon, Mourvèdre, o Cabernet Franc. Por último, las carnes cuya elaboración incluyen hierbas como, por ejemplo el romero se puede lograr un efecto balsámico muy agradable con vinos de uva Malbec o Carmenere. Aquí tenemos algunos consejos para comer carne y maridarla con un buen vino.

Monte Xanic Cabernet Sauvignon-Merlot

Uno de los representantes más importantes de la zona del Valle de Guadalupe, Ensenada, es sin lugar a duda la bodega Monte Xanic, que con algunas de sus elaboraciones ha llegado a posicionarse entre los vinos *Premium* en México. Este vino no pierde su estructura tánica bien lograda con las sutilezas aromáticas de la uva Merlot, en una combinación perfecta con la potencia de la Cabernet Sauvignon. En boca se percibe el trabajo enológico, conocimiento perfecto de sus producciones viticolas para un resultado de vinos sutiles, de buena carga aromática y potencia en boca.

Región: Ensenada, Baja California
Bodega: Monte Xanic
Precio: 450 pesos
Uva: Cabernet Sauvignon y Merlot

Shiraz Casa Grande

Si nuestra pretensión es que el vino sea potente, con elegancia y redondez en boca, y que aparte de eso cree una perfecta sinergia con alimentos como los cortes de carne norteños, debemos acercarnos a este vino elaborado en Coahuila, tierra de buena carne y excelentes vinos. Su carga de fruta, especias, minerales y bosques mojados se integra perfectamente para tener un ensamble pocas veces logrado en un vino, espectacular, equilibrado y de buena guarda.

Región: Parras, Coahuila
Bodega: Casa Madero
Precio: 550 pesos
Uva: Shiraz

Reserva Magna

Otro de los vinos de bodegas que fundaron la viticultura en México es este Reserva Magna de la bodega Domecq. La elección de las mejores uvas es punto importante para la consecución de este vino de gran estructura aromática, comenzando con frutos rojos y negros bien logrados, rodeados de especias como canela, pimienta y notas de regaliz con ligeros tonos de mentol, alegre en boca por su buena acidez haciéndolo fácil para el comensal pero sin perder su estructura y jerarquía. De final largo con recuerdos de cacao, tabaco y chocolate, perfecto con carne y postres a base de chocolate.

Región: Ensenada, Baja California
Bodega: Casa Pedro Domecq
Precio: 550 pesos
Uva: Cabernet Sauvignon, Merlot y Nebbiolo

Vino de Piedra

De las elaboraciones espectaculares que tiene nuestro país, no podemos dejar fuera uno de los vinos de más renombre en el mercado tanto por su calidad como por su fantástica comercialización. Elegante en boca, con recuerdos especiados intensos, con la fruta exacta sin rebosar, madura y sin sobremadurar, notándose gran cuidado de viñedo y elaboración, largo en boca con recuerdos de bosque bajo, especias, y madera perfectamente integrada. Hay que probarlo.

Región: Ensenada, Baja California
Bodega: Casa de Piedra
Precio: 800 pesos
Uva: Cabernet Tempranillo

San Vicente

La bodega Señorío de San Vicente en la Rioja nos envía un vino elaborado por la Familia Eguren. La uva Tempranillo plantada en la zona de Rioja Alavesa se desarrolla de manera lenta y sutil para que podamos obtener taninos suaves y elegantes con gran carga de fruta sin llegar a ser madura y conservando su frescura ácida natural. En boca es de lo más elegante de La Rioja, bajo un concepto nuevo de elaboración pero sin olvidar la vieja usanza. Por ello es uno de los vinos favoritos por los conocedores. En boca se percibe largo, elegante y armonioso, con gran carga especiada, frutal y de bosque bajo sin olvidar las sutiles notas de cuero.

Región: Rioja, España
Bodega: Señorío de San Vicente
Precio: 900 pesos
Uva: Tempranillo

Pago la Jara

Otra de las zonas de gran renombre y moda en España es la D.O. Toro, que elabora vinos perfectos para el maridaje con carnes, sobre todo las poderosas como el cordero. Con estructura densa a la vista, el vino nos deja ver sus reflejos de color violáceo-azuloso intenso de buena capa. En nariz es intenso en especias, notas minerales y el reflejo de aromas animales como cuero o una ligera nota a campo abonado, todos ellos espectaculares aromas de los vinos de gran clase. Taninos potentes pero sutiles a la boca por su buena maduración.

Región: Toro, España
Bodega: Telmo Rodríguez
Precio: 900 pesos
Uva: Tinta de Toro

Judas

Sabemos que la uva Malbec da excelentes resultados para vinos jóvenes de gran carga aromática, pero con este vino nos demuestran que pueden elaborarse vinos de mucha guarda con toda la estructura que los Andes argentinos nos proporcionan. Excelso en aromas frutales bien conjugados con las notas minerales que nos regala el deshielo y el terruño mendocino. De taninos pulidos, gran carga de antioxidantes y seguramente sobrado de antocianos, sustancias colorantes que se encuentran en la piel de uvas tintas, fruto del clima de la región. En boca es carnoso y sobrado de potencia, buen tanino y medra perfectamente balanceada, de retrogusto largo a cacao y tabaco.

Región: Mendoza, Argentina
Bodega: Bodega Sottano
Precio: 950 pesos
Uva: Malbec

P3

Ejemplo de nuevos desarrollos enológicos logrados en regiones poco conocidas de España, pero de gran calidad. La zona es templada con buena insolación lo que nos da uvas de buena aromaticidad sin exceso de maduración. Los suelos de pizarra nos proporcionan vinos de estructura mineral intensa, con el reflejo peculiar del suelo pedregoso mojado, gran cantidad de especias y soporte tánico intenso pero bien logrado. En boca es denso y carnoso con fruta de sobra, rodeado de especias y notas de torrefactos de barrica como chocolate, perfecto para carnes.

Región: Bierzo, España
Bodega: Dominio de Tares
Precio: 1100 pesos
Uva: Mencía

AGRADECIMIENTOS:
Barricas y Viñedos. www.barricasyvinedos.com
Vinoteca. www.vinoteca.com
Ferrer y Asociados. www.vinarmoni.com.mx

Dominus

En la Bodega Dominus Estate, en Napa Valley, el clima es idóneo para el desarrollo de las uvas de gran elegancia como la Cabernet Sauvignon. De ahí que tenemos un vino de buena estructura, tonos de ciruela madura en su color, con aromas a frutos negros del bosque, con reflejos balsámicos de eucalipto y mentol, rodeado a las notas de madera. En boca es potente con taninos redondos pero de buen estructura, largo y de muy buena acidez.

Región: Napa Valley, E.U.A
Bodega: Dominus Estate
Precio: 1,842 pesos
Uva: Cabernet Sauvignon, Cabernet Franc, Merlot y Petit Verdot

Poggio al Vento

La Toscana es un representante espectacular de los vinos modernos perfectos para carnes. Elaborado en la región de Montalcino con la uva Sangiovese, llamada así en la región Brunello, de ahí que proviene el nombre. La estructura de color está bañada de tonos escarlata, granate y ribetes de color atejados, típicos de la región. Aromáticamente es amplio, con reflejos de cereza, frambuesa y notas minerales en conjunción con ligeros trazos animales. En boca es mineral con expresión del terruño, especiado, de carga frutal y tanino perfecto en boca, todo perfectamente bien equilibrado con la acidez y la madera sutil.

Región: Toscana, Italia
Bodega: Col d´Orcia
Precio: 1,244 pesos
Uva: Sangiovese (Brunello)

BUDGET
TRAVELSHOP
JUST CUTS

La isla de **los duendes**

Tierra de James Joyce y Oscar Wilde, leyendas milenarias, paisajes paradisíacos y caminos desiertos, pintorescos pueblos y una capital desbordante de energía, la isla de Irlanda activa los sentidos.

Texto y fotos por Sofía Kliche
Especial de *elgourmet.com* Uruguay

Si las ciudades tuvieran estados de ánimo, el de Dublín podría definirse a través de sus pubs. Son el termómetro de la ciudad. Su encanto nace en los bares y restaurantes, y para ello, no hay mapa que valga. Es cuestión de entrar y salir, de escuchar la música, de pedirse una pinta –vaso de medio litro– en las abarrotadas barras, de salir en busca de otro pub y detenerse a escuchar a los artistas callejeros para volver a entrar en el siguiente.

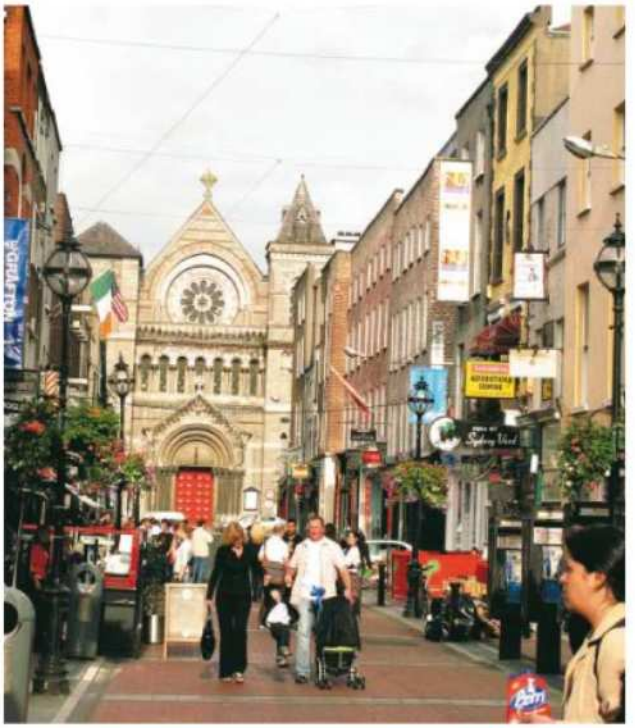
Dublín es una ciudad que desprende energía por donde se la mire. Gente que va y que viene, idiomas que se mezclan, turistas que no dejan de apretar el disparador de la cámara enfocando las pintorescas fachadas de los bares, o buscando un respiro en los parques calmos y perfectamente cuidados del centro.

El río Liffey divide Dublín entre Norte y Sur, mientras que Temple Bar actúa como epicentro de la ciudad, con un pub al lado del otro que pueblan sus callecitas adoquinadas. A la zona norte muchos la llaman área multicultural, por la diversidad étnica que puebla sus barrios. Supermercados polacos, lituanos o rumanos, restaurantes mandarines, italianos o vietnamitas, y uno de los mercados más conocidos de Dublín, de verduras y pescados frescos, ubica sus puestos cada mañana en Moore Street. Estas zonas solían ser las más peligrosas de la ciudad, con un alto grado de criminalidad, y si bien hoy las cosas están cambiando, algunos irlandeses del Sur lo piensan dos veces antes de cruzar el río.

El Sur continúa siendo más turístico, y viniendo del área norte, justo cruzando el Río Liffey por el puente Ha'penny, nos encontramos con calles angostas y coloridas fachadas que forman Temple Bar, zona que no conoce hora del día en silencio. Entrar en pubs como Gogarty, Fitzsimons, The Auld Dubliner, Quay's Bar y el mismo Temple Bar, como en tantos otros, es sumergirse en un ambiente peculiar, en dónde no importa si es de noche o de día, ya que las ventanas son pequeñas y no dejan pasar demasiada luz. Casi

Dónde comer

- **The Purty Kitchen**
  34/35 East Essex Street
- **Elephant and Castle**
  18 Temple Bar, Dublin 2
- **Butlers Chocolate Cofee**
  31 Henry St. Dublin 1
- **Harry's Cofee**
  22 Dawson St. Dublin 2



siempre en penumbras y ambientados con buena música en vivo, es difícil encontrar un pub que no esté repleto de gente. Dispensadores con marcas inimaginables de cerveza, mucha madera y la misma decoración que sigue allí por décadas, hacen de estos lugares una parada obligada para los turistas, y un refugio siempre acogedor para los locales.

Otras calles menos turísticas, como Harcourt Street, atravesando la agitada peatonal Grafton y bordeando los parques Stephen´s Green y Marrion Square, son otra acertada opción para salir a cenar o a tomar un trago. Esta zona se ha transformado en un polo gastronómico importante, en la que no se encuentran más que restaurantes de primer nivel, con cocinas de muchas partes del mundo, de estilos modernos o tradicionales.

Hablar de Irlanda es hablar de su cerveza negra Guinness, y aunque se pueda consumir en más de 150 países, qué mejor lugar para disfrutarla que en un pub irlandés de pura cepa. Ningún irlandés que se precie de serlo se priva de su dosis diaria de esta bebida negra, fuerte y amarga, no apta para todos los paladares. En Guinness Storehouse se puede conocer acerca de la historia y el proceso de producción de esta cerveza, además de poder apreciar una de las mejores vistas de Dublín desde The Gravity Bar, en el

PUBS TRADICIONALES

- **The Temple Bar Pub** - 47/48 Temple Bar
- **Fitzsimons** - 21/22 Wellington Quay
- **Hairy Lemon** - 42, Lower Stephen St. Dublin 2
- **The Quays** - 11 Temple Bar, Temple Bar Square
- **O' Neill's** - 2 Suffolk St. Dublin 2
- **Grogans** - 15 South William St.

El río Liffey divide Dublín entre el Norte y el Sur. A lo lejos, el transporte colectivo sobre el puente O´Connell: los típicos autobuses amarillos de dos pisos recorren la ciudad // Nada más turístico en Irlanda que un pub tradicional, como Temple Bar // Los músicos callejeros pueden escucharse en cada rincón del país // Cliffs de Moher, monumentales acantilados que se elevan sobre el océano Atlántico, al oeste de Irlanda // Howth, pueblo pesquero situado a 20 minutos en tren desde Dublín // Dispensadores de cerveza y cientos de botellas, ubicados en las barras de los pubs de la isla.

5 LUGARES PARA VISITAR

Guinness Storehouse, St. James's Gate, Dublin 8
Museo de los Escritores de Dublín, 18 Parnell Square, Dublín 1
Dublinia y el mundo de los vikingos, www.dublinia.ie
Trinity Collage Dublin, Collage Green, Dublin 2
Stephen's Green, el parque victoriano más importante de Dublín, ubicado justo al final de la calle Grafton.

último piso, probar lo mejor de la cocina irlandesa en Brewery Bar, o degustar todas las variedades Guinness en Source Bar.

Irlanda gastronómica

La gastronomía irlandesa tiene dos ingredientes principales: los pescados y las papas. Al ser una ciudad bahía, rodeada de mar, los pueblos pesqueros de la costa son una visita obligada para los amantes de los frutos de mar y el pescado fresco.

Los mercados callejeros visten estos pueblos de mil colores y aromas, en donde se puede conseguir frutas y vegetales frescos de los más variados orígenes, aceitunas, comida árabe, china o francesa. Los ingredientes de la cocina irlandesa, combinados con técnicas de la cocina francesa, dan como resultado platos exquisitos para quien esté dispuesto a pagar más de 20 euros. Pastas, cocina mediterránea o lo mejor de la cocina *thai*, sí que se pueden disfrutar en modernos o tradicionales lugares.

La comida de la calle se basa en cocina rápida, sobre todo *take-away*: *fish and chips*, sándwiches para todos los gustos, en especial para aquéllos que gustan de la comida picante, papas fritas, pan de pita o tortillas mexicanas, entre otras variedades.

El clásico *irish breakfast* se sirve en cada hotel y en casi todos los restaurantes de la ciudad. El plato es contundente, compuesto por huevos, tocino, pan y salchichas. Por otro lado, el *irish stew*, o guiso irlandés, es uno de los platos más típicos, cocinado a fuego lento, con carne de cordero de Wicklow cortada en cubos, papas, zanahoria, apio, cebolla, perejil y tomillo. Carnes y pescados grillados, ensaladas completas y variedades de frutos de mar de las costas irlandesas, son infaltables en las cartas.

Para la hora del postre, las tartas de *berries* –arándanos, zarzamoras y fresas –, así como las de manzana, o las fresas con crema y miel para el verano. Disfrutar de un café irlandés no tiene hora, pero sí es ideal para el invierno, por su contenido calórico, así como el Baileys, otro *made in Ireland*. El típico estampado de las camisetas/souvenirs irlandesas muestra una oveja de cabeza negra cubriéndose con un paraguas en cada una de las cuatro estaciones.

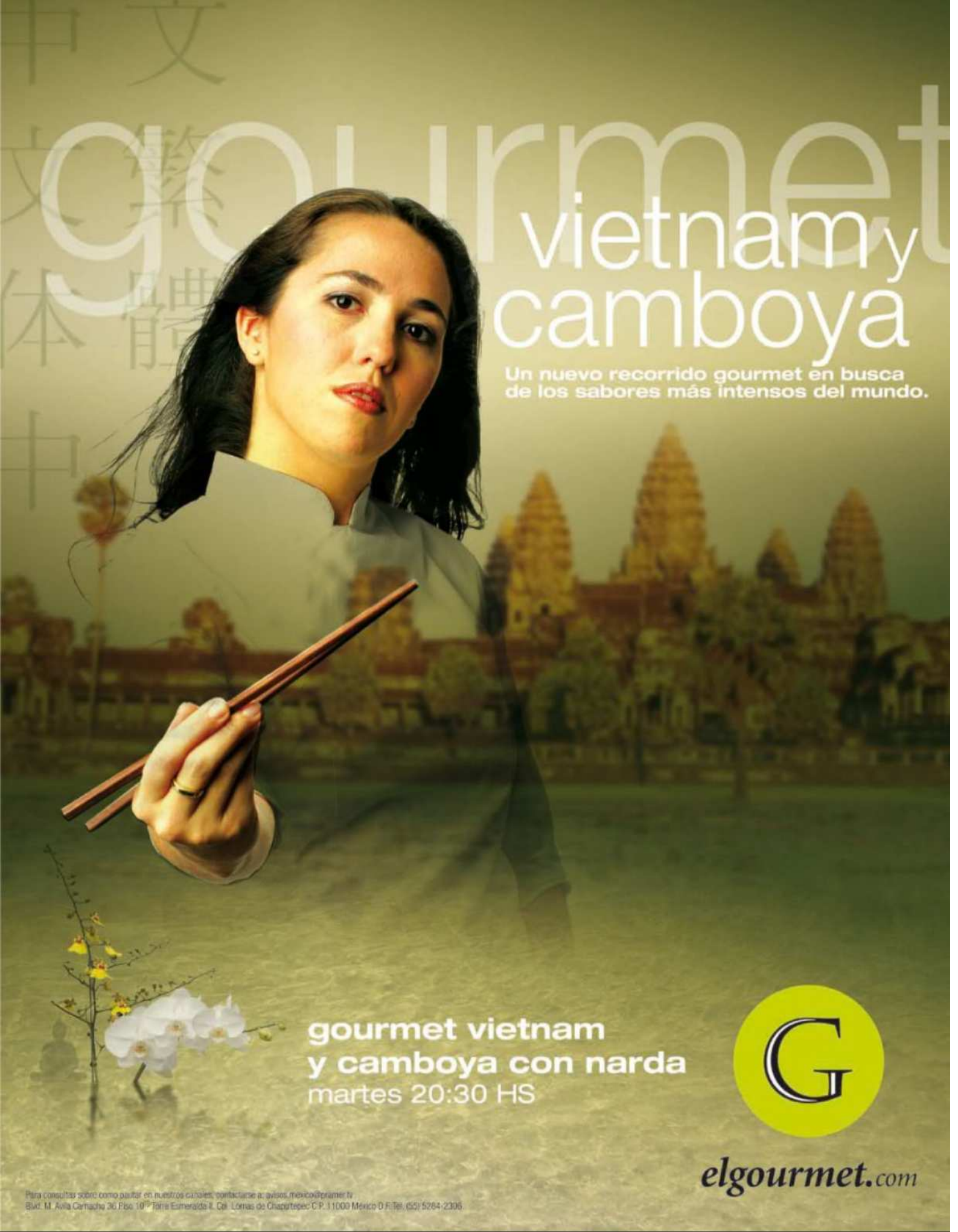
El clima cansa y de vez en cuando molesta, pero hasta la lluvia tiene su encanto, y uno casi llega a olvidarse de su insistencia cuando lo sorprende en algún pueblo perdido de la misteriosa isla, o disfrutando de un reconfortante café irlandés en algún pub del centro de Dublín, mientras suenan los acordes centenarios del folclore irlandés.

Dónde comprar

Calles como Grafton St. y Henry St. son las más dinámicas de la ciudad. Compuestas por boutiques de ropa y zapatos, algunas disquerías, joyerías y cafeterías. El Shopping Centre más grande de Irlanda, Dundrum Town Centre, en Sandyford R; Dundrum, Dublin 16.

Dónde dormir

- The Clarence Hotel. 6/8 Wellington Quay
- Barnacles Temple Bar House. 19 Temple Lane South
- Parkway Bed and Breakfast. 5 Gardiner Place, Dublin 1



Para consultas sobre como pautar en nuestros canales, contactarse a: avisos.mexico@primer.tv
Blvd. M. Avila Camacho 36 Piso 19 Torre Esmeralda II. Col. Lomas de Chapultepec C.P. 11000 México D.F. Tel. (55) 5284-2306